



Ohjeita astmaa sairastavalle

Hoidon ohjeistuksella pyritään parantamaan astmaatikon vointia ja selkiyttämään seurantakäyntejä sekä reseptien uusintaa.

1. Määräaikaiskontrollit (entiset vuosikontrollit)

- Astmapotilaan hoitoon kuuluvat säännölliset käynnit hoitajan tai lääkärin vastaanotolla.
- Mikäli astman hoitotasapaino on hyvä, riittää hoitajan tapaaminen 1-2 vuoden välein. Mikäli astman hoitotasapaino on huono, hoidon kiireellisyyden tarve arvioidaan hoitajan kanssa. Astmaatikon tulee tavata hoitava lääkäri 3-5 vuoden välein.
- Astmatesti tulee olla tehtynä aina ennen vastaanottoa ja reseptin uusintaa.
- Seurantakäyntien yhteydessä voidaan tehdä myös keuhkojen toimintakokeita.
- Täyttäkää Astmatesti astman hoitotasapainon seuraamiseksi vuosittain, sekä tehkää 1. viikon PEF-seuranta ennen hoitajan tai lääkärin määräaikaiskontrollia, mikäli edellisestä PEF-seurannastasi on aikaa > 2 vuotta.

Mikäli astmanne on hyvässä hoitotasapainossa (Astmatestin pisteet 20-25), hoidon tarve arvioidaan hoitajan vastaanotolla, mikäli edellisestä hoitajan tai lääkärin määräaikaiskontrollista on aikaa yli vuosi.

Mikäli Astmatestin pisteet ovat 15-20,

hoidon tarve arvioidaan hoitajan vastaanotolla, vaikka edellisestä lääkärin tai hoitajan määräaikaiskontrollistasi olisi aikaa alle vuosi.

Mikäli Astmatestipisteenne ovat alle 15,

hoitaja arvioi tilanteen ja varaa tarvittaessa ajan edelleen hoitavalle lääkärille.

Ottakaa yhteyttä päivystykseen, mikäli vointinne on huonontunut äkillisesti tai koette esimerkiksi selvää hengenahdistusta tai PEF –arvonne on selvästi huonontunut (alle puolet tavoitearvosta) ja avaavasta lääkkeestä ei ole apua. puh. 09-2719 3360

2. Astmalääkereseptit

- Toimittakaa astmalääkereseptit uusittavaksi apteekkiin tai terveyskeskukseen hyvissä ajoin eli vielä kun lääkkeitä on jäljellä. Reseptien uusimisaika on yksi työviikko.
- Ottakaa mukaanne kaikki astmalääkereseptinne, kirjalliset hoito-ohjeet sekä KELA-kortti.
- Reseptin uusinnan yhteydessä täytetään Astmatesti ja se liitetään reseptin mukaan. Voitte tehdä Astmatestin apteekissa jo viimeisen noutamanne lääke-erän yhteydessä, jolloin se on hyvä niitata valmiiksi reseptiin.
- Astmatestikaavakkeita on saatavilla terveyskeskuksessa, apteekeissa sekä internetissä: www.astmatesti.fi.

3. Kirjalliset hoito-ohjeet

Määräaikaiskontrolleissa käyville annetaan kirjallinen omahoitokortti, josta käy ilmi

- Oma PEF- tavoitetaso
- Omahoito-ohjeet (mm. pahenemisvaiheisiin)
- Lääkitys
- Seurantakäyntien aikaväli