



## Παγκόσμια Ημέρα Άσθματος - 5 Μαΐου 2020

Όπως κάθε χρόνο, έτσι και φέτος, την πρώτη Τρίτη του Μαΐου γιορτάζουμε την Παγκόσμια Ημέρα κατά του Άσθματος. Το φετινό μήνυμα της Ημέρας «Enough Asthma Deaths» στόχο έχει την ευαισθητοποίηση όλων, ώστε να μην υπάρχουν άλλοι θάνατοι από άσθμα.

### Τι είναι το άσθμα;

Το άσθμα είναι μια από τις πιο συχνές, χρόνιες μη μεταδοτικές νόσους και αφορά περί τα 334 εκατομμύρια ανθρώπους παγκοσμίως.

Πρόκειται για μια χρόνια νόσο του αναπνευστικού συστήματος, με σποραδικό χαρακτήρα. Συχνά ξεκινά στην παιδική ηλικία, αλλά μπορεί να εμφανιστεί και στην ενήλικη ζωή και αφορά σε όλες τις ηλικιακές ομάδες.

### Πώς αντιλαμβάνεται ο ασθενής ότι πάσχει από Άσθμα;

Ο ασθματικός ασθενής παρουσιάζει ποικίλα συμπτώματα, που περιλαμβάνουν **δύσπνοια, συριγμό, σφίξιμο στο στήθος και βήχα**, με χαρακτηριστική συσχέτιση πολλές φορές με συγκεκριμένους εκλυτικούς παράγοντες, αφενός και με μετρήσιμη ανταπόκριση στη φαρμακευτική αγωγή, αφετέρου.

Μια **κρίση άσθματος** αφορά σε πολύ σοβαρά συμπτώματα, που μπορεί χωρίς κατάλληλη πνευμονολογική αντιμετώπιση να αποβεί μοιραία. Παρατηρείται ταχύπνοια, βήχας, συριγμός, δυσκολία στην ομιλία και **κυάνωση** λόγω υποξυγοναιμίας.

### Τι προκαλεί Άσθμα;

Παλαιότερα το άσθμα συχνά χωριζόταν σε εξωγενές και σε ενδογενές αναλόγως αν υπήρχαν στοιχεία εκλυτικών παραγόντων ή όχι.

Σήμερα κερδίζει περισσότερο έδαφος η **λογική του συνεχούς** και της **ολιστικής προσέγγισης** στην αντίληψη αυτής της σοβαρής νόσου.

Το άσθμα φαίνεται να έχει **ένα βαθμό κληρονομικότητας**. Η έρευνα έχει αναδείξει τα τελευταία χρόνια πλείστα γονίδια με πολυμορφισμούς που συνδέονται με ανωμαλίες στη λειτουργικότητα του επιθηλιακού φραγμού του βρογχικού δένδρου, καθώς και στην εγγενή αλλά και στην επίκτητη ανοσία.

Η **ηωσινοφιλική φλεγμονή**, σχετιζόμενη με τη δραστηριότητα των Th-2 κυττάρων, είναι βασικό στοιχείο στο 50% των ασθματικών. Το μη ηωσινοφιλικό άσθμα είναι ακόμα υπό διερεύνηση με αρκετές υποπεριπτώσεις που σχετίζονται με ανοσολογικούς μηχανισμούς, αλλά και με συνοσηρότητες όπως για παράδειγμα οι βρογχιεκτασίες των ενηλίκων.

Η ύπαρξη κάποιου **αλλεργιογόνου** μπορεί να αποτελέσει σημαντικό ερέθισμα, ειδικά στην παιδική ηλικία, που θα προκαλέσει φτέρνισμα, συριγμό, οφθαλμικό ερεθισμό, ρινική καταρροή και μπορεί να επάγει ακόμα και μια ασθματική κρίση.

**Το Άσθμα σχετιζόμενο με το εργασιακό περιβάλλον**, στο οποίο ο εργαζόμενος εκτίθεται σε αλλεργιογόνα ή ερεθιστικές ουσίες αποτελεί το 5-20% των περιπτώσεων άσθματος που διαγιγνώσκονται στην ενήλικη ζωή. Πλείστες ερεθιστικές ουσίες μπορεί να σχετίζονται με την ανάπτυξη συμπτωμάτων άσθματος, όπως χημικά, σκόνη, χρώματα, συστατικά καπνικών προϊόντων, φάρμακα όπως η **ασπιρίνη** και η χρήση **β-αποκλειστών**, καθώς και διατροφικά συστατικά. Επιπλέον η συναισθηματική κατάσταση και το **στρες** έχουν ενοχοποιηθεί για την έκλυση συμπτωμάτων άσθματος.

Το άσθμα μπορεί να εκλυθεί από μια **αναπνευστική λοίμωξη**, ειδικά ιογενή από συνήθεις αναπνευστικούς ιούς.

Υπάρχουν αναφορές ότι ακόμα και ο **COVID -19** μπορεί να αποτελέσει εκλυτικό παράγοντα ασθματικής κρίσης. Για το λόγο αυτό είναι σημαντικός ο καλός έλεγχος του ασθματικού ασθενούς και η καλή συνεργασία με τον θεράποντα Πνευμονολόγο.

### **Πως διαγιγνώσκεται το άσθμα**

Η ετερογένεια των συμπτωμάτων και των παρουσιάσεων της νόσου αποκλείει έως τον παρόντα χρόνο να υπάρξει μια καθοριστική εξέταση που να διαγιγνώσκει το άσθμα.

Υπάρχουν πολλές περιπτώσεις λανθάνοντος άσθματος λόγω του ότι το παιδί ή ο ενήλικας δεν έχει έρθει σε επαφή ή αποφεύγει να έρθει σε επαφή με ένα συγκεκριμένο εκλυτικό παράγοντα.

Απαιτείται μεγάλη εμπειρία, γνώση και επιμονή στη λήψη του ιστορικού από τον Πνευμονολόγο, προκειμένου να αναδειχθούν αυτές οι περιπτώσεις και να γίνουν απαραίτητες εξετάσεις. Για παράδειγμα ένα παιδί που αποφεύγει να παίξει, να αθληθεί ή να πάει μια εκδρομή μπορεί να το κάνει επειδή ακριβώς έχει διαπιστώσει, έστω και αν δεν μπορεί να το εκφράσει σαφώς, συμπτώματα σχετιζόμενα με το άσθμα.

Ο **λειτουργικός έλεγχος της αναπνοής** και ειδικά η σπιρομέτρηση προ και μετά βρογχοδιαστολής από ειδικό Πνευμονολόγο είναι μια σημαντική εξέταση που θα αναδείξει

διαφόρου βαθμού περιορισμό ροής και θέτουν σημαντικό ρόλο στη διάγνωση και σταδιοποίηση της νόσου καθώς και στις θεραπευτικές επιλογές βάσει οδηγιών διεθνών οργανισμών όπως η **Global Initiative for Asthma (GINA)**.

Δυστυχώς μια αρνητική εξέταση δεν αποκλείει την περίπτωση άσθματος. Εκεί τα πρωτόκολλα πρόκλησης με άσκηση ή με ειδικές φαρμακευτικές ουσίες, αποκλειστικά σε εξειδικευμένα πνευμονολογικά κέντρα μπορεί να χαρτογραφήσουν καλύτερα την αναπνευστική δυσλειτουργία.

#### **Υπάρχει θεραπεία για το άσθμα;**

Στον παρόντα χρόνο δεν υπάρχει οριστική ίαση, αλλά οι θεραπευτικές στρατηγικές βοηθούν σημαντικά στον έλεγχο των συμπτωμάτων. Οι ασθενείς μπορούν να ζήσουν μια φυσιολογική ζωή με τη σωστή θεραπευτική προσέγγιση.

Η επαφή και η σωστή αλληλεπίδραση με τον θεράποντα Πνευμονολόγο είναι πρωταρχικής σημασίας. Αξιολογώντας την κατάσταση του ασθενούς, δίνοντας οδηγίες για αποφυγή εκλυτικών παραγόντων καθώς και εκτιμώντας την ανταπόκριση στην θεραπευτική αγωγή με σπιρομέτρηση, ροομέτρηση καθώς και με ειδικά ερωτηματολόγια όπως το Asthma Control Questionnaire είναι δυνατόν να ελεγχθούν τα συμπτώματα και να ελαχιστοποιηθούν οι περιπτώσεις των απειλητικών για τη ζωή κρίσεων άσθματος.

Στη θεραπευτική μας φάρετρα διατίθενται β-διεγερτες, κορτικοστεροειδή, ανοσοτροποποιητικοί παράγοντες ακόμα και οξυγονοθεραπεία πάντα κάτω από την επίβλεψη και τις οδηγίες του θεράποντα Πνευμονολόγου.

#### **Βιβλιογραφία**

Global Initiative For Asthma (GINA), Updated Guidelines 2020, <https://ginasthma.org/>

Asthma, Alberto Papi, Christopher Brightling, Søren E Pedersen, Helen K Reddel, *Lancet* **2018; 391: 783–800**

World Health Organization, Asthma Questions and Answers, 24 November 2019, <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/asthma>

Asthma and COVID-19, CMAJ. 2020 Apr 24. pii: cmaj.200617. doi: 10.1503/cmaj.200617, [Epub ahead of print]