

5 MAYIS DÜNYA Astım GÜNÜ



BASIN BİLDİRİSİ

Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) verilerine göre tüm Dünyada 339 milyon kişinin astımı olduğu tahmin edilmektedir. Ülkemizde yaklaşık 4 milyon astım hastası bulunmaktadır. 2016 yılında Dünyada 417.918 astıma bağlı ölüm bildirilmiştir. Her yıl Dünya Astım Günü'nde astımla ilgili farkındalığı arttırmak amacıyla etkinlikler düzenlenmektedir. Küresel Astım İnisiyatif organizasyonu (GINA) tarafından bu yılın Dünya Astım Günü teması "astımla ilgili yanlış kanıları ortaya çıkarmak" olarak belirlenmiştir.

Astımla ilgili yanlış kanılar: Astımın çocukluk çağı hastalığı, bulaşıcı bir enfeksiyon olduğunu düşünmek, egzersizin zararlı olduğunu ve hastalığın ancak yüksek doz kortizonla kontrol edilebileceğini varsaymak.

Astımla ilgili gerçekler:

1. Astım her yaşta görülebilir.
2. Astım bulaşıcı bir enfeksiyon değildir. Ancak viral solunum yolu enfeksiyonları astım ataklarına neden olabilir.
3. Çocuklarda astım genellikle alerji ile ilişkilidir, ancak erişkin yaşta başlayan astım daha az alerjiktir.
4. Hastalık iyi kontrol altındaysa, astımlılar egzersiz yapabilirler hatta ağır spor dahi yapabilirler.
5. Astım genellikle düşük doz inhaler steroidlerle kontrol altına alınabilir.

Astım Nasıl Tanımlanır?

Astım; göğüste sıkışma hissi, hırıltı, hisilti, nefes darlığı ve öksürük gibi çeşitli yakınmalarla seyreden değişken hava akımı kısıtlanması ile karakterize kronik bir hava yolu hastalığıdır. Yakınmaların şiddeti ve yoğunluğu zaman içinde değişkenlik gösterir. Viral solunum yolu enfeksiyonları, alerjenler, iritanlar, hava değişimi gibi faktörler tetikleyici rol oynar. Yakınmalar ve hava yolu kısıtlanması kendiliğinden ya da medikal tedavi ile iyileşir.

Astım Kontrolü Nedir?

Astım bulgularının tedavi ile azaltılması veya ortadan kaldırılması olarak ifade edilmektedir. Hastanın günlük aktivitelerini kısıtlanma olmaksızın yapabilmesi, gece astım nedeniyle uyanmanın olmaması, gündüz şikayetlerinin azalması, kurtarıcı ilaç dediğimiz ihtiyaç halinde kullanılan inhaler ilaçlara gereksinim duymaması, tam kontrol olarak ifade edilir.

Hastalığı kontrol altında tutmada hekim hasta işbirliği, hasta eğitimi çok önemlidir. Hastalar kendi hastalıkları ile başa çıkabilmeyi, hastalığını yönetmeyi ve ne zaman hekime başvuracağını iyi bilmelidir. Risk

faktörlerinden kaçınma ve eşlik eden hastalıklar varsa bunların tedavi edilmesi gereklidir. Obezite varsa kilo verme, sigara bırakma, düzenli fiziksel aktivite ve dengeli beslenme hastalık kontrolünde çok önemli faktörlerdir.

Astım ve COVID-19

COVID-19 pandemisi ile mücadele halen devam etmektedir. Genel olarak astımlılarda COVID-19 yakalanma riski genel popülasyondan farklı değildir. Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezi (CDC) orta-ağır veya kontrolsüz astımlıların COVID-19 nedeniyle hastane yatış olasılığının daha fazla olduğunu bildirmiştir. Astımı kontrol altında olan hastalarda COVID-19 ilişkili ölüm riskinin artmadığı gösterilmiştir. Bu nedenle; **ASTIMI KONTROL ALTINDA TUTMAK COVID-19'A KARŞI EN İYİ KORUNMADIR.**

Bu dönemde astım hastaları ağız yoluyla alınan inhaler kortizon içeren ilaçlarına doktorun reçete ettiği şekilde devam etmelidir. Astım ilaçlarını kesmek hastalık kontrolünün bozulması ve hatta astım atağına neden olabilir. Alerji aşısı yapılmakta olan alerjik rinit ve astım hastaları biyolojik tedavi (Anti-IgE, Anti-IL 5) alan hastalar bu tedavilerine devam etmelidir.

Dünya Sağlık Örgütü'nün önerdiği şekilde kişisel korunma önlemlerine devam etmeli, el yıkama, hijyen, maske kullanımı, sosyal mesafe ve izolasyon kurallarına uyulmalıdır. El yıkamada su ve sabun tercih edilmelidir. Dezenfektanlar hava yolunda aşırı duyarlılığa neden olabilir, yoğun kullanımdan kaçınılmalıdır.

COVID-19 Aşıları ve Astım

Ülkemizde inaktif aşılılarla (CoronoVac, Sinovac) aşılama başlamış daha sonra COVID-19 mRNA (Pfizer/BionTech) aşısı eklenmiştir. Genel olarak aşıya bağlı alerjik reaksiyonun nadir olduğu bilinmektedir. Şu ana kadar görülen ciddi alerjik reaksiyon oranının 1 milyon aşı dozu başına 11.1 vaka olduğu tespit edilmiştir.

Pfizer/Biontech aşısı (mRNA COVID-19) için anafilaksi yan etki olarak bildirilmiştir. Pfizer/BionTech ve Moderna aşılı anafilaksi geliştiğinde müdahale edilebilecek şekilde sağlık kuruluşunda yapılması tavsiye edilen aşılardır. Polietilenglikol veya herhangi bir aşı sonrası ciddi alerjik reaksiyon öyküsü olanlara bu aşılardan tavsiye edilmez. Besin alerjisi, böcek, akar, polen, kedi, küf alerjisi olan kişilerin COVID-19 aşısına karşı anafilaksi riski genel halktan fazla değildir. Alerjen immünoterapi yapılanlar, biyolojik ajan kullanan astımı stabil olan hastalar aşı olabilirler. Aşı sonrası bekleme süresi 15-30 dakika olmalıdır. Unutmayalım ki hastalıkları önlemede korunma yanında en önemli ikinci yol **AŞILANMADIR.**



Doç. Dr. Nurhan SARIOĞLU
ASYOD Astım ve Alerji-İmmünoloji
Bilim Kurulu Başkanı



Prof. Dr. Erdoğan ÇETİNKAYA
ASYOD Başkanı

