Zdravstveni dom
dr. Franca Ambrožiča Postojna

Prečna ulica 2, 6230 Postojna
T +386 5 700 04 00
tajnistvo@zd-po.si, www.zd-po.si

FËMIJA IM ME ASTMË (MOJ OTROK IMA ASTMO)

Qfare eshte astma? Astma është një sëmundje inflamatore kronike e rrugëve të frymëmarrjes për të cilën janë karakteristike dobësimet periodike, të cilat manifestohen përmes frymëmarrjes së vështirësuar. Astma mund të paraqitet në familjet me astmë, por mund të ndodhë që fëmija juaj të jetë i pari në familje tek i cili është konstatuar astma.

Kohën më të madhe fëmijët janë pa komplikime. Deri tek keqësimi i astmës ose tek paraqitja e sulmeve astmatike vjen, pasi që rrugët e frymëmarrjes ngushtohen, për arsye të shkaqeve të ndryshme.

E natyrshme është që prindërit po ashtu edhe fëmija të frikësohen me rastin e keqësimit të astmës, sepse fëmija frymon me vështirësi. Prandaj është shumë me rëndësi, që t´i kuptoni shenjat e hershme të keqësimit, në mënyrë që me rastin e sulmit astmatik të dini t´i ndihmoni fëmijës si duhet.

Qfar shkakton keqësimin e astmës? Rastet më të shpeshta të paraqitjes së sulmit astmatik ose keqësimit:

- gjatë shërimit të organeve frymëmarrëse,
- nga ekspozimi ndaj alergjenëve të caktuar, në të cilët është fëmija alergjik,
- pas një mundi më të madh fizik,
- me rastin e kontaktimit me tym duhani.

Cilët janë shenjat e sulmit astmatik? Me keqësimin e astmës ndodhë që fëmija:

- të frymojë vështirë,
- të ndjej një presion në gjoks,
- të ketë një kollitje të thatë, ngacmuese, sidomos gjatë natës apo herët në mëngjes,
- të gulçoj, nuk mund ta thotë fjalinë ose disa fjalë pa pushuar, me ç´rast edhe i ndalet fryma.

Zakonisht simptomat paraqiten rrallë, por mund të paraqiten edhe për çdo ditë, çdo javë apo një herë në muaj. Edhe pse rralleherë, episode të rrezikshme dhe të panjohura të keqësimit të astmës mund të sjellin edhe vdekjen.

Qfarë ekzaminimesh do të bëj mjeku për konstatimin e diagnozës? Diagnozën e astmës tek fëmija më i vogël se 5 vjeç eshte e vështirë ta konstatojmë, pasi që fëmijët e vegjël nuk janë të aftë që të bëjnë kërkime funksionale me të cilat mund ta hedhim poshtë diagnozën e astmës. Për këtë arsye tek këta fëmijë gjatë konstatimit të diagnozës shërbehemi me anamnezë, kontroll klinik dhe me teste alergologjike.

Dokument je oblikovan računalniško. Na papir natisnjen dokument predstavlja kopijo. V primeru razlik med dokumenti se uporabi izvirni dokument (elektronska ali overjena pisna verzija), ki se nahaja pri PVK. Dokument je lastnina ZD Postojna., njegova nadaljnja uporaba ni dovoljena brez ustreznega soglasja lastnika©obvezen podatek

Zdravstveni dom
dr. Franca Ambrožiča Postojna

Prečna ulica 2, 6230 Postojna
T +386 5 700 04 00
tajnistvo@zd-po.si, www.zd-po.si

Kurse tek fëmijët më të moshuar zakonisht e bëjmë edhe spirometrinë, testin metakolinë, testin bronkodilatator ose testin në mundim.

Si e shërojmë astmën? Sot astmën mund ta mbajmë nën kontroll shumë mirë me medikamente. Është shumë me rëndësi, që fëmijës t´ia jepni me rregull medikamentet të cilat ia përshkruan mjeku, çdo ditë e në mënyrë të duhur dhe në dozë të preferuar. Dozimin e medikamentit mos e bëni vetë, vetem ne raste kur kështu merreni vesh me mjekun e fëmijës. Ju këshillojmë, që medikamentet t´ia jepni fëmijës për çdo ditë në të njëjtën kohë, pershkak se gjasat janë më të vogla, që ta harroni dozimin.

Përdorim dy lloje medikamente për astmën.

- **Medikamentet lehtësuese** ose bronkodilatatore i përdorim për lehtësimin e simptomave me rastin e keqësimit të gjendjes, nikojnë që ndihmojnë në hapjen e rrugës frymëmarrëse të ngushtuar. Ndikimi i tyre fillon pas 15 minutash dhe zgjatë deri në 4 orë. Pas kësaj kohe duhet përsëritur dozën.

- **Medikamentet kundërinflamatore** shërojnë ndezjen e rrugëve frymore. Për të ndikuar efektshëm duhet të përdorën një kohë të gjatë, me rregull, për çdo ditë dhe në dozën të cilën ua ka përshkruar mjeku. Mjeku do t´ua përshkruaj medikamentin, i cili bazohet në moshën e fëmijës tuaj si dhe në simptomat e tija apo simptomat e astmës.

NË RASTET KUR MEDIKAMENTET JANË NË FORMË TË SPËRKATËSVE FËMIJA DUHET T´I MERR GJITHNJË PËRMES NJË VAZHDUESI ADEKUAT PËR GOJË, TË CILIN DO T´UA PËRSHKRUAJ MJEKU I ZGJEDHUR OSE MJEKU SHËRUES.

Ekzistojnë edhe medikamente në formën e inhalatorëve. Për këto barna fëmija duhet të ketë më shumë forcë frymëmarrëse.

TEKNIKËN E FRYMËMARRJES DUHET GJITHMONË T´UA SHPJEGOJ DHE DEMONSTROJ MOTRA MEDICINALE OSE MJEKU, SEPSE NGA TEKNIKA E MIRË E FRYMËMARRJES VARET EDHE DOZA E MEDIKAMENTIT, I CILI VJEN NË ORGANET FRYMËMARRËSE.

Ndoshta jeni të brengosur se fëmija juaj merr sasira të mëdha barnash, pasi që ato i merr për çdo ditë. Tashmë është konstatuar se një astmë e pashëruar paraqet rrezik shumë më të madh për shëndetin e fëmijës se sa përdorimi i rregullt i barnave kundër inflamatore në dozat e duhura dhe në mënyrën e duhur.

Për shkak të shërimit të dobët apo mosshërimit të astmës, fëmija juaj:

- mund të ketë probleme për të marr pjesë në aktivitete sportive,
- mund të mungojë shpeshherë nga shkolla, për shkak të keqësimeve të shpeshta,
- mund të ketë pasoja afatgjata në mushkëri,
- mund t´i ekspozohet një keqësimi i rrezikshëm i astmës që mund të jetë vdekjeprurëse.

Dokument je oblikovan računalniško. Na papir natisnjen dokument predstavlja kopijo. V primeru razlik med dokumenti se uporabi izvirni dokument (elektronska ali overjena pisna verzija), ki se nahaja pri PVK. Dokument je lastnina ZD Postojna., njegova nadaljnja uporaba ni dovoljena brez ustreznega soglasja lastnika©obvezen podatek

Zdravstveni dom
dr. Franca Ambrožiča Postojna

Prečna ulica 2, 6230 Postojna
T +386 5 700 04 00
tajnistvo@zd-po.si, www.zd-po.si

Qfare është nje plan i veprimit për astmën? Plan i veprimit për astmën quhet regjistri i udhëzimeve, nga të cilat mësoni se:

- cilat medikamente dhe në çfarë doze duhet t´i merr fëmija juaj në shtëpi për çdo ditë,
- cilat janë shenjat (simptomat) që tregojnë, se po keqësohet gjendja e astmës dhe si të veprohet në këto raste (praktika e semaforit).

ME RASTIN E LËSHIMIT NGA SPITALI DO T´I MERRNI TË GJITHA UDHËZIMET NË FORMË GOJORE DHE ME SHKRIM. MOTRA MEDICINALE DO T´JU MËSOJ EDHE PËR TEKNIKAT E RREGULLTA TË MARRJES SË MEDIKAMENTEVE.

Për matjen e depërtimit maksimal të sasisë së ajrit (PEF) mjeku do t´ju shkruaj një rekomandim përkatës të veçantë. Për ta përcjellë sëmundjen e astmës është shumë me rëndësi që për çdo ditë t´përcillni vlerat PEF. Ju këshillojmë që fëmijës t´ia masni vlerat e PEF dy herë në ditë: në mëngjes dhe në mbrëmje. Me rastin e secilës matje fëmija duhet të fryjë në matës tri herë, kurse në ditarin **PEF** e regjistroni rezultatin më të mirë.

Në rast te shkakut të vlerave te ulta PEF ka nevojë për një lehtësues, është e duhur që 15 minuta pas dozës së fundit të bronkodilatatorit, sërish të fryj në PEF dhe këtë ta regjistroj në ditar.

A është e mundur që të parandalohen simptomat e astmës? Po. Gjëra të caktuara keqësojnë gjendjen e astmës. Këto gjëra i quajmë shkaktues të astmës. Nëse e dini, se cilët janë shkaktarët e keqësimit të gjendjes së astmës provojeni që t´ju shmangeni.

Shkaktuesit më të shpeshtë të astmës janë:

- infeksionet e organeve të frymëmarrjes,
- alergjenët: pluhuri dhe myku, kontakti me shtazë, siç janë qentë dhe macet, pluhuri i luleve, bimëve dhe drunjve, bari dhe drithërat,
- tymi i duhanit

Si ta ndërrojmë mënyrën e jetes, në mënyrë që fëmija juaj të ketë sa më pakë probleme për shkak të astmës? Ju preferojmë një stil të jetes te shëndosh dhe aktivitet të rregullt trupor. Shumica e fëmijëve me astmë jetojn një jetë plotësisht normale. Për parandalimin e keqësimit të gjendjes ju preferojmë marrjen e rregullt të medikamenteve në dozat e parashkruara, shmangia nga shkaktuesit e astmës si dhe një vetëkontroll të mirë të sëmundjes, të cilin mund ta arrini përmes mbajtjes së ditarit të astmës si dhe përmes intervenimit të shpejtë.

A do të ketë fëmija probleme gjatë jetës për shkak të astmës? Tek shumica e fëmijëve me doza adekuate të medikamenteve mund ta arrijmë një kontroll të plotë mbi sëmundjen. Disa nga këta fëmijë më vonë gjatë jetës nuk kanë fare nevojë për medikamente inflamatore, ndërkohë që tek disa fëmijë të tjerë shenjat e para të sëmundjes mund të paraqiten pas pubertetit.

Dokument je oblikovan računalniško. Na papir natisnjen dokument predstavlja kopijo. V primeru razlik med dokumenti se uporabi izvirni dokument (elektronska ali overjena pisna verzija), ki se nahaja pri PVK. Dokument je lastnina ZD Postojna., njegova nadaljnja uporaba ni dovoljena brez ustreznega soglasja lastnika©obvezen podatek