



# АСТМА И СПОРТ

АЛИ МЕХМЕДИ

25.06.2015

# PEDIATRISKA BOLNICA









# Астма бронхиале

- Астма е хроничено воспалително прореметување со учество на бројни клетки вклучувајќи и маст клетки и еозинофили, овие кај предиспонирани особи доведуваат до настанување на различни симптоми обично здружени со генерализирани но со променлива опструкција на дишните патишта, често реверзибилни (Спонтано или ус примена на терапија) Како и пропратена со зголемена осетливост на дишните патишта на различни стимулуси.

• Параметри	Благ напад	Умерен напад	Тежок напад
• -Диспнеа	При одење	При говор	Во Мирување
• -Положба на телото	Може да лежи	Повеќе да седи	Ортопнеа Само да седи
• -Говори	Во реченици	Поедини Фрази	Поедини зборови
• -Сфирење во градите	На крај на експириум	Јако присатно при цел експириум	Јако експириумско и инспириумско
• -Фреквенција на дишење	Зголемена	Зголемена	Зголемена сем во тешки напади намалена
• -Употреба на помошна дишна мускулатура Стерноклејдомастоидеус	Минимална	Присатна	Постојат контракции на мускулус

# АСТМА И СПОРТ





# ДЕЦА КОЈ СЕ БАВАТ СО СПОРТ

- Деца кој се бават со спорт имат подобар психофизички хабитус  
Бавењето со спорт на детето му пружа физичка емоционална и социална корист

Начинот на вежбање треба да е :

- Динамичен,
- занимлив,
- стално нов,
- да му причинува задоволство.

# ЦЕЛ НА ТРУДОТ

- Планирање на активности на деца со астма кој се бават со спорт

# АСТМА И СПОРТ

- Зголемување физичка спремност, Зголемена подвижност
-

## Што треба да прави детето, ПРЕД СПОТУВАЊЕТО?

- - Не смее да јади 2 часа пред активност (Лубеница, Морска храна, целер)
  - Обавезен период на загревање 5-10 мин.
  - Премедикација (Вентолин, монтелукаст) 2 часа пред замор.

## -Видови на вежби :

Аеробни (3 пати неделно 20-30 мин).

### **-ПОВОЛНИ ВЕЖБИ :**

Пливање,Веслање,Гимнастички вежби,Боди  
Билдинг и Игри со Топка

### **-НЕ ПОВОЛНИ :**

Тенис,Трчање на долги стази,Бициклизам.

# Барање до установа



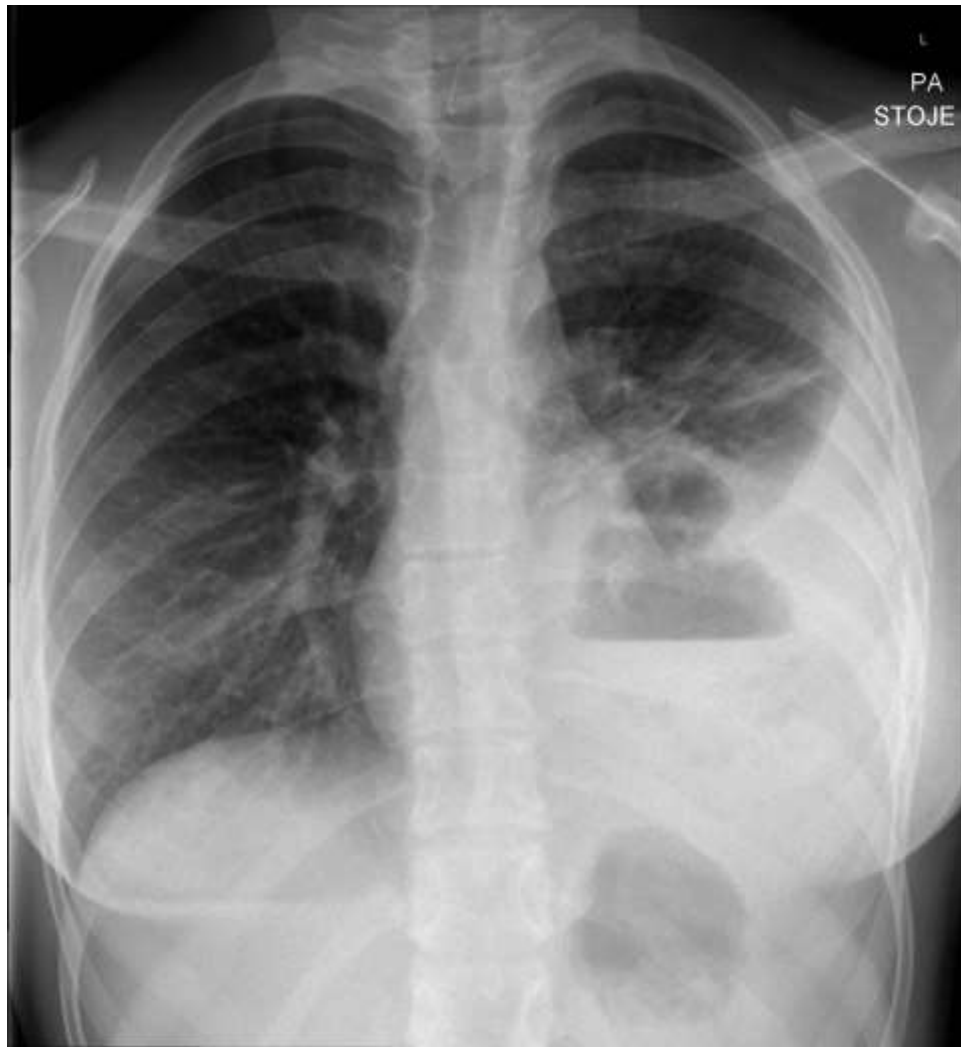
- Да се набави Пулс оксиметар
- Да се набави спирометар
- Да се набават Пинк Флометри
- Да се набават Волуматици
- Да се набават Инхалатори
- Да се набават Кислородни боци
- Да се практикува едукација на персоналот, родителите и децата за болеста на астмата.

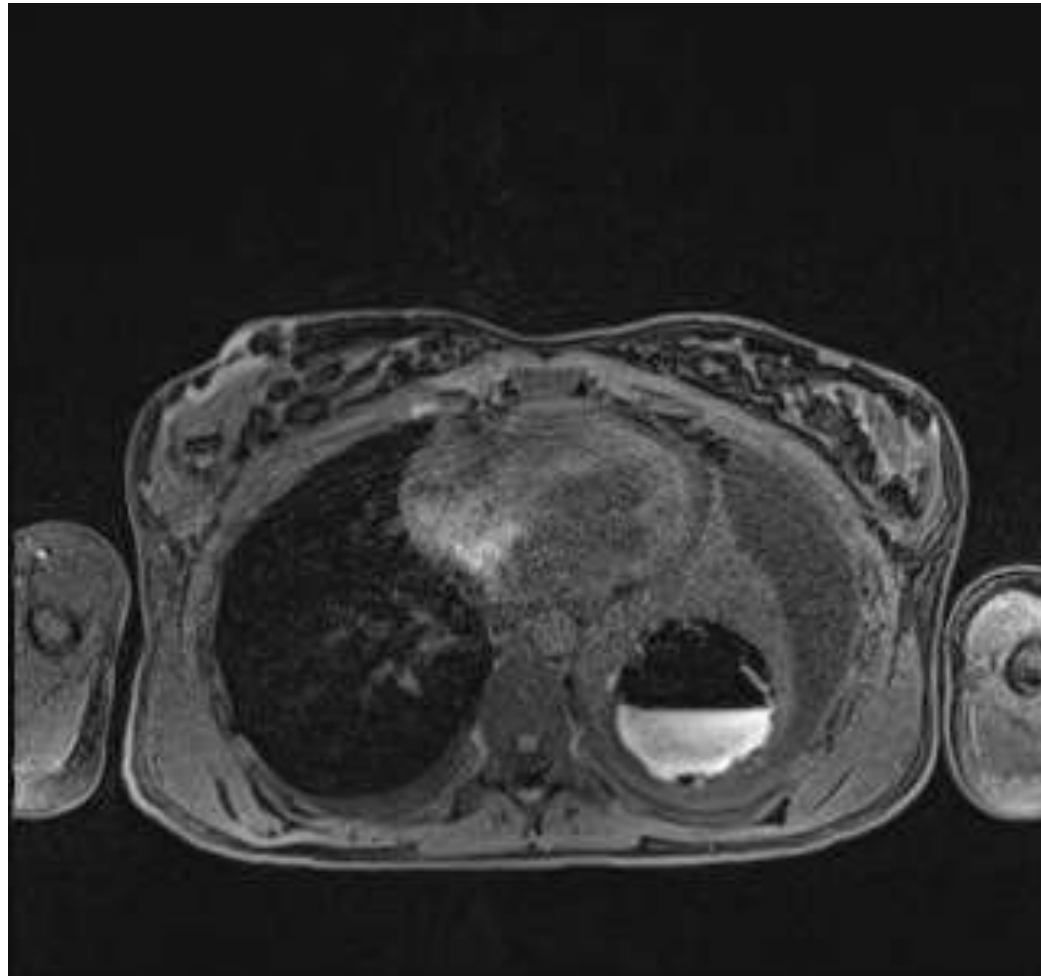
# БЛАДОДАРАМ













MRAX\_AL3A2  
ACCES#U011CT011406044  
04052052  
25.12.2002  
0117

Definisi:  
SE: 4  
T#: 151  
10.06.14  
13.06.2014



MR3D  
W: 130  
3mm  
UNC Lufdiana  
W 1300 - L -500

Thomas 2.0 B39  
CT PRONDI ORGANOV 8822 K5





# Карактеристика на заболувањето се

- - Кашлица
  - Визинг
  - Диспнеа
  - Сфирење во градите
  - Недостаток на воздух
  - Стегање и болка во градите
  - Ова се случува повеќе од еднаш неделно
  - Ноќно будење повеќе од 2 пати во месецот
  - Овие симптоми се влошуваат при престој во простори со чад,каде има килими,домашни миленичиња (Куче,маче)
  -



- -Проблеми со дишење има на пролет и есен
- Често се јавуваат на лекар заради тешкотии во дишење.
- Често одсуствуваат од училиште
- Често апстинираат при часови од физикалтура
- При напор тешко дишат и се задушуват
- При давање вентолин повеќе од 4 пати во денот состојбата се подобрува.
- При напад детето се осеќа заморно, поспанно, нервозно, страшно (уплашено) и разразливо.

Нападците на астма можат да бидат  
благи умерени и тешки.

# Лечење на астма

- Треба да имаме предвид:
- -РЕХИДРАЦИЈА (Орална, парентерална)  
-ОКСИГЕНО ТЕРАПИЈА (Корекција на пореметената вентилација)  
-СИСТЕМСКИ СТЕРОИДИ (Убрзуват опоравување на пациентот)

- -ИНХАЛАЦИЈА СО Б2 АГОНИСТИ-Бронхо дилататори
  - АМИНОФИЛИН(Интра венозно)
  - АНТИБИОТИЦИ немаат оправдување се дават (само при :1.Доказа за инфект, 2.Пурулентен отитис, 3.Пнеумониа)

# Профилактика



Алергија на дерматофагоидес : Душеците да се одсунѓер и да се проветруват, да се тресат и да се перат.

- Постелина да се пери еднаш неделно на 60 С

- Перниците исто така

- Одклонување играчки, теписи и завеси

- Да не се пуши во простори каде се наоѓа детето

- Фармако терапија

Да се процени степенот на тежина на астма и зачестеност на симптомите

-Вирси почесто се од Септември до Април да се дават инхалаци со стероиди(Флексотиде до 2 год).

-Полесна форма не захтева терапија туку средовање на

- условите за живот

Кај потешки случај : Б2 агонисти неколку дена ,  
анти хистаминици

-Перзистентна астма

Инхалаторни стероиди

Превенција со флексотиде

Б2 агонисти

Пер-ос стероиди уз теофилинизација

Инхибитори на леукотриени

