

TUTTO SULL'ASMA

Guida informativa e pratica dedicata alle famiglie
per la corretta gestione dell'asma



PERCHE' AVERE UN PIANO D'AZIONE SCRITTO?

- ✓ Un piano d'azione scritto fornisce indicazioni sulla terapia di fondo, sulla terapia al bisogno, su quali sono i trigger delle riacutizzazioni, sui sintomi che richiedono una rivalutazione medica.
- ✓ Va tenuto sempre a portata di mano, ad esempio fotografato sul telefonino e/o appeso al frigorifero di casa.
- ✓ È utile nell'eventualità in cui altre persone accudiscano il bambino temporaneamente.



CONOSCERE L'ASMA E' UTILE?

Sapere cosa è necessario fare in caso di peggioramento dei sintomi asmatici rende più sicuri e preparati.

Considera con attenzione alcuni segnali di allarme:

- ☐ Comparsa di fischi nel petto o di difficoltà a respirare;
- ☐ Utilizzo del farmaco al bisogno (Salbutamolo) più di 3 volte nella settimana;
- ☐ Risvegli notturni dovuti a tosse e/o fischi nel petto;
- ☐ Comparsa di sintomi respiratori (tosse e/o fischi nel petto) dopo attività fisica;
- ☐ Difficoltà a eseguire le normali attività quotidiane.

CONOSCERE L'ASMA E' UTILE?

Cosa devi fare se tuo figlio ha un attacco d'asma?

- Cerca di tranquillizzarlo;
- Somministra il farmaco al bisogno (Salbutamolo) come indicato dal piano d'azione scritto;
- Se il bambino non migliora nonostante la terapia accompagnalo dal Pediatra o in Pronto Soccorso in base alla gravità dei sintomi;
- Se i sintomi migliorano, informa il Pediatra per valutare eventuali modifiche alla terapia.

CONOSCERE L'ASMA E' UTILE?

Quali sono i segni di un attacco asmatico grave?

- I sintomi (tosse, difficoltà a respirare, dolore al petto) peggiorano;
- La terapia con il farmaco al bisogno (Salbutamolo) non modifica i sintomi;
- Il bambino fatica a parlare;
- Il bambino respira sempre più velocemente.

Vai al Pronto Soccorso più vicino!

L'ASMA NON DEVE LIMITARE LA VITA QUOTIDIANA

- ❖ Molti sportivi sono asmatici. Non impedire l'esercizio fisico a tuo figlio per paura dell'asma. La terapia appropriata gli permette di effettuare qualsiasi attività. È importante che abbia sempre a disposizione i suoi farmaci (di fondo e/o al bisogno) e che il personale sportivo sia informato sul piano d'azione scritto in caso di attacco di asma;
- ❖ Il tuo bambino può dormire a casa di un compagno di scuola, e partecipare a gite scolastiche: l'importante è fornire la terapia necessaria e informare chi lo accudisce su cosa fare in caso di comparsa di sintomi.



CONSIGLI PER I GENITORI: COSA FARE PER FAVORIRE IL CONTROLLO DELL'ASMA?

- ✓ Se il bambino assume correttamente e regolarmente la terapia nessuna attività gli è preclusa.
- ✓ Utilizza un piano d'azione scritto per la terapia di fondo e per la terapia al bisogno e portalo sempre con te (ad esempio fotografandolo con il telefono).
- ✓ Spiega al tuo bambino che le medicine lo aiuteranno a stare bene. Rassicuralo e raccomandati che manifesti dubbi e paure con i genitori e/o i medici.
- ✓ Rendi la terapia un gesto quotidiano, ad esempio somministrandola prima di lavare i denti al mattino e la sera.

CONSIGLI PER I GENITORI: COSA FARE PER FAVORIRE IL CONTROLLO DELL'ASMA?

- ✓ Utilizza sistemi divertenti e stimolanti per tenere il diario dei sintomi del tuo bambino.
- ✓ Proteggi tuo figlio dal fumo. Se fumi rivolgiti ad un centro per smettere di fumare.
- ✓ Se affidi il tuo bambino alle cure di altre persone assicurati che sappiano come comportarsi in caso di comparsa di sintomi.

CONSIGLI PER I GENITORI: COSA FARE PER FAVORIRE IL CONTROLLO DELL'ASMA?

- ✓ Informa il personale scolastico sulla diagnosi di asma e sul piano d'azione scritto fornito dal Pediatra, da seguire in caso di necessità.
- ✓ Assicuratevi di essere informato sulla comparsa di sintomi durante l'orario scolastico e sulla necessità di ricorrere all'uso del farmaco al bisogno (Salbutamolo).
- ✓ Rassicura il tuo bambino indicandogli a chi si può rivolgere in caso di comparsa dei sintomi.
- ✓ Assicuratevi sempre che il tuo bambino abbia a disposizione i farmaci necessari e che questi non siano scaduti.

CHI CERCARE PER SUPPORTO

Questo documento è disegnato per chiarire e semplificare la gestione del bambino asmatico. Puoi cercare informazioni e supporto presso la società scientifica SIMRI e le Associazioni per i pazienti con asma e allergie.

SIMRI Società Italiana Malattie Respiratorie Infantili: www.simri.it

FederASMA e ALLERGIE Onlus - Federazione Italiana Pazienti www.federasmaeallergie.org