

# Astmamedicin



Denne brochure handler om **medicin** til behandling af **astma**. En medicin, der også bliver brugt mod astmatisk bronkitis hos børn og til **behandling** af voksne med **lungesygdommen KOL**.



## HVAD ER ASTMA?

Astma er en sygdom i luftvejene, der kan starte når som helst i livet – oftest som barn, men også som voksen eller ældre. Astma kan være arveligt, men hvad der udløser sygdommen hos nogle og ikke hos andre, ved man ikke med sikkerhed. Halvdelen af alle, der har astma, har også allergi.

Ved astma er der en irriterings-tilstand i den slimhinde, som beklæder dine luftveje indvendigt. Slimhinden bliver rød, hæver op og danner sejt slim. Denne tilstand kaldes inflammation. Samtidig trækker musklerne omkring luftrørene sig sammen så luftvejene snævres ind, og det bliver sværere at trække vejret.

Symptomerne på astma kan være hoste, åndenød samt hvæsende og pibende vejtrækning. De kan udløses af noget, der irriterer dine luftveje f.eks. tobaksrøg, stærke

dufte og kold luft eller noget, du er allergisk over for f.eks pollen, husstøvmider eller dyr. Ved at undgå disse ting, kan du mindske eller helt undgå dine astmasymptomer.



## ASTMAMEDICIN

Astmamedicin bidrager til, at du har gode muligheder for at leve et normalt liv med astma. Medicinen fås både til inhalation og som tabletter eller mikstur. Inhalationsmedicin er bedst, fordi den kommer direkte ned i dine lunger, hvor den virker hurtigt og giver få bivirkninger.

### Tre grupper af astmamedicin

#### Luftvejsudvidende

Får musklerne i luftvejene til at slappe af, så luftvejene udvides. Farvekoden på inhalatoren er blå eller turkisgrøn.

#### Forebyggende

Virker ved at mindske inflammationen i luftvejene. Farvekoden på inhalatoren er brun eller orange.

#### Kombinationer

Forebyggende medicin og en langtidsvirkende luftvejsudvidende medicin samlet i én inhalator. Farvekoden på inhalatoren er rød eller lilla.

Lægen beslutter, hvilken medicin du skal have, det afhænger blandt andet af sværhedsgraden af din astma.

Inhalation af luftvejsudvidende og forebyggende medicin er den grundlæggende behandling af astma både hos børn og voksne.

## INHALATIONSBEHANDLING

Det er vigtigt, at din inhalationsteknik er korrekt, så medicinen kommer tilstrækkelig langt ned i luftvejene og derved giver den bedste virkning. Der findes forskellige inhalatorer, og det er vigtigt at finde en type, du bedst kan anvende. Det kræver en grundig instruktion i brugen af din inhalator, og at du jævnligt får tjekket din inhalationsteknik.

Få instruktion i brug af din inhalator hos lægen, speciallægen eller på apoteket.

Lad lægen, speciallægen eller apoteket tjekke din inhalationsteknik med jævne mellemrum.

## **LUFTVEJSUDVIDENDE MEDICIN**

Luftvejsudvidende medicin hedder også beta-2-agonister og virker ved at få musklerne omkring luft-rørene til at slappe af, så luftve-jene udvides og vejrtrækningen derved lettes. Der findes 2 typer:

### **Akutvirkende**

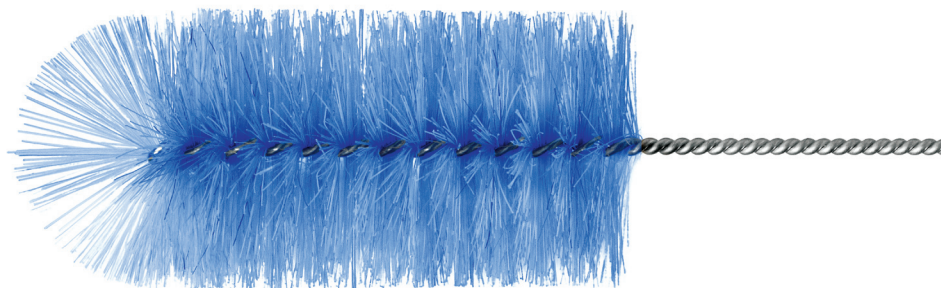
Den anvendes ved behov, når du får symptomer og kaldes derfor også for anfaldsmedicin. Den virker hurtigt. Farvekoden på inhalatoren er blå. Hvis du har brug for denne type medicin mere end ca. 1 gang om ugen, skal du kontakte din læge, da din astmabehandling måske skal justeres. Hvis du tager anfaldsmedicin inden fysisk aktivitet tæller det ikke med i regnskabet.

### **Langtidsvirkende**

Denne type medicin anvendes forebyggende mod astma, som supplement til den forebyg-gende behandling. Farvekoden på inhalatoren er turkisgrøn.

### **Bivirkninger**

Risikoen for, at du får bivirkninger af at inhalere luftvejsudvidende medicin, er lille. Din mund og dit svælg kan dog blive irriteret. Det hjælper, hvis du skyller munden, når du har taget din medicin. Nogle kan opleve en forbigående rysten på hænderne, hjertebanken og lidt indre uro. Det er imidlertid ufarligt.



## **FOREBYGGENDE MEDICIN**

Forebyggende medicin indeholder binyrebarkhormon og kaldes også steroider. De virker ved at dæmpe den irritation, der er i slimhinden i dine luftveje. De gør slimhinden mere modstandsdygtig overfor det, der irriterer den. Farvekoden på inhalatoren er brun eller orange.

Du kan ikke umiddelbart mærke, at du tager medicinen. Du skal alligevel inhalere den hver dag, med mindre du har aftalt andet med din læge. Også selvom du ikke har astmasymptomer. Der kan gå op til adskillige uger, før du har fuld effekt af behandlingen.

## **Bivirkninger**

Nogle er bange for bivirkninger af inhalation af steroider. Men det mest almindelige er, at du kan blive hæs eller få svamp i munden. Andre bivirkninger er meget sjældne. Svamp kan du forebygge ved at skylle munden med vand og spytte ud eller børste tænder, når du har

inhaleret. Hvis børn får steroider i spacer med ansigtsmaske, skal deres ansigt vaskes efter, at de har inhaleret – også for at undgå svamp.

## **KOMBINATIONER**

Kombinationsmedicin til behandling af astma indeholder både luftvejsudvidende og forebyggende medicin. Lægemidlerne virker ved at dæmpe irritationen i slimhinden i luftvejene. De får også musklerne omkring luftvejene til at slappe af, så luftvejene udvides og vejtrækningen derved lettes. Farvekoden på inhalatoren er rød eller lilla.

Kombinationspræparater er forebyggende medicin, og du skal derfor inhalere dem hver dag efter aftale med lægen.

## Bivirkninger

Du får sjældent alvorlige bivirkninger af at inhalere kombinationsmedicin. Din mund og svælg kan dog blive irriteret, og du kan blive hæs og få svamp i munden. Det kan du forebygge ved at skylle munden med vand eller børste tænder, når du har inhaleret. Forbigående rysten på hænderne, hjertebanken og lidt indre uro kan endvidere forekomme ved inhalation af kombinationspræparater. Dette er imidlertid ufarligt og går over efter nogen tids behandling.

## ANDEN ASTMAMEDICIN

I de tilfælde, hvor du trods inhalationsbehandling med forebyggende og luftvejsudvidende medicin stadig har astmasymptomer, kan anvendelse af andre typer astmamedicin komme på tale. Vil du vide mere om disse andre typer medicin, så spørg din læge, speciallæge eller på apoteket.

## Gode råd om astmamedicin

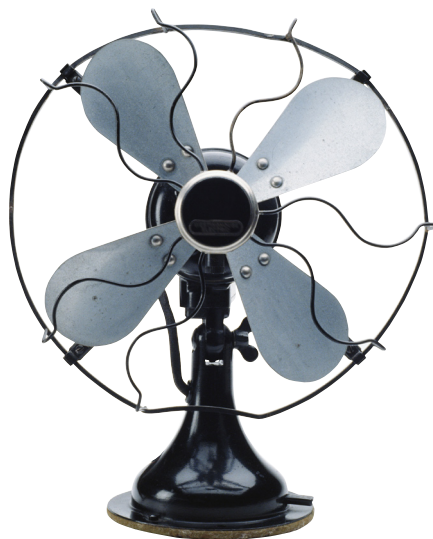
Tag din medicin som lægen eller speciallæge har anbefalet – ofte skal du også tage den forebyggende medicin i symptomfrie perioder

Skyl munden med vand og spyt vandet ud eller børst tænder når du har inhaleret din medicin for at undgå svamp, hæshed eller irritationer i mund og svælg.

Hav altid din anfaldsmedicin med.

Hold øje med hvornår din inhalator er tom.

Lad lægen, speciallægen eller apoteket tjekke din inhalationsteknik med jævne mellemrum.



## HVAD KAN DU SELV GØRE?

Det er vigtigt, at du tager din medicin, som lægen har anbefalet, og at du bruger den rigtige inhalationsteknik, når du anvender din inhalator. Din inhalationsteknik bør tjekkes med jævne mellemrum. Det kan apoteket hjælpe dig med.

Du skal også undlade at ryge og undgå andet, som kan forværre din sygdom.

Der kan være perioder, hvor din astma er ekstra slem. Det kan betyde, at du skal have justeret din medicin. Du bør derfor jævnligt få kontrolleret din astma hos lægen. Du kan selv følge med i din astma ved at måle din lungefunktion med et peak-flow-meter og føre en astmadagbog.

Motion er godt, også for mennesker med astma. Motion kan ikke bedre din astma eller din lungefunktion, men jo bedre din kondition er, jo

mere kan du træne uden anstrengelses-udløste symptomer. Det er muligt at forebygge symptomer i forbindelse med motion – tal med lægen om, hvad du kan gøre.

## Søg læge

Hvis din medicin ikke virker så godt, som den plejer.

Hvis du får behov for mere anfaldsmedicin.

Hvis du hyppigere får anfald.

Hvis dit peak-flow falder.

Hvis du får bivirkninger af medicinen.

Hvis dit barn med astma har svært ved at trække vejret eller får feber og hurtig, stønnende vejtrækning.

Du kan søge yderligere information på [www.apoteket.dk](http://www.apoteket.dk) eller på [www.astma-allergi.dk](http://www.astma-allergi.dk).

## **GRAVIDE OG AMMENDE**

Er du gravid eller ammer du, skal du tale med lægen om din astmamedicin. I langt de fleste tilfælde kan medicin til inhalation anvendes under graviditet. Du kan i de fleste tilfælde også sagtens amme dit barn.

Det er vigtigt, at din astma også bliver behandlet under din graviditet, da astmaanfald kan være skadeligt for fosteret.



## **ASTMATISK BRONKITIS**

Astmasymptomer hos småbørn kaldes astmatisk bronkitis, når barnet samtidig er forkølet eller har en luftvejsinfektion. Børn, der udsættes for tobaksrøg, har en meget større risiko for at udvikle astmatisk bronkitis. Nogle børn med astmatisk bronkitis får senere konstateret astma.

Behandling af børn afhænger af deres symptomer. Astmatisk bronkitis med lette og kortvarige symptomer, kræver ikke nødvendigvis behandling. Astmatisk bronkitis behandles ofte med luftvejsudvidende medicin i korte perioder – enten som mikstur, som barnet skal drikke eller som spray, som barnet skal inhalere via en spacer. Inhalation foretrækkes, da den virker bedre og giver færre bivirkninger.

Hyppige og svære episoder af astmatisk bronkitis behandles som astma – det vil sige med luftvejsudvidende medicin og forebyggende steroid, som også inhaleres via spacer.

### **Gode råd ved astmatisk bronkitis**

Undgå, at barnet bliver udsat for tobaksrøg. Der bør ikke ryges i barnets hjem.

Forebyg luftvejsinfektioner – god håndhygiejne i barnets hverdag er et simpelt råd, der virker.

Giv barnet medicinen, som lægen har anbefalet.

Skyl barnets mund med vand eller børst tænder efter, at barnet har inhaleret medicinen for at undgå svamp eller irritationer i mund og svælg.

Hvis barnet inhalerer forebyggende medicin via spacer med ansigtsmaske, skal barnets ansigt vaskes med en fugtig klud for at undgå svamp omkring munden.

Hold øje med hvornår barnets inhalator er tom.

## **KRONISK OBSTRUKTIV LUNGESYGDOM (KOL)**

Astmamedicin benyttes også til kronisk obstruktiv lungesygdом, også kaldet KOL eller rygerlunger. Dette på trods af at det er to helt forskellige sygdomme. Vil du vide mere om medicin til KOL, så spørg din læge eller på apoteket.

Kontakt din læge, hvis du er ryger og har luftvejsproblemer; svært ved at få luft, hoster eller har sejt slim.



[www.apoteket.dk](http://www.apoteket.dk)



Denne brochure er udarbejdet  
i samarbejde med  
Astma-Allergiforbundet, [www.astma-allergi.dk](http://www.astma-allergi.dk)