

002

לדעת מה סוג  
האסתמה שיש לך  
סדרה של 5 עלונים  
לסיוע, בניהול אסתמה חמורה

# לבחון מחדש את מחלת האסתמה שלך

"איזה סוג  
אסתמה יש לי?"



הבא





הבא



הקודם

# מדוע חשוב לדעת מהו סוג האסתמה שיש לך.

יש סוגים רבים ושונים של אסתמה, ומטופלים חווים תסמינים בדרגות שונות.

עבור אלה עם אסתמה חמורה, יש בשורות טובות. המחקר המדעי המתפתח על האסתמה בשנים האחרונות, זיהה דלקת מסוג 2 כאחד הגורמים לאסתמה עיקשת וחמורה אצל מטופלים מסוימים. מצב זה עשוי לחייב גישה שונה לניהול האסתמה.



## הידעת?

דלקת מסוג 2 מתרחשת אצל 50%-70% מהמבוגרים החיים עם אסתמה.

”אני יכולה להסגל...  
אך לא יכולה למוט  
דברים כשאני לא  
מרגישה טוב.”





הבא



הקודם

"הפעמים שבהן  
האסתמה שלי מאיירה,  
משפיעות על כל שאר  
היבטי החיים שלי."

## באיזו מידה האסתמה שיש לך מאוזנת?

בדוק אם אתה מזדהה עם האמירות  
הבאות:

« יש לך תסמיני אסתמה יותר  
מפעמיים בשבוע.

« תסמיני האסתמה מעירים אותך  
בלילה.

« אתה משתמש בתרופות להקלה  
מיידית יותר מפעמיים בשבוע.

« תסמיני האסתמה שיש לך מגבילים  
את פעילותך היומיומית.

היה כן עם עצמך – זו יכולה  
להיות התחלה של שיחה מסוג  
חדש בינך לבין הרופא שלך.





הבא



הקודם

# איך נראים החיים עם אסתמה? חמורה?

סוגים מסוימים של אסתמה חמורה יכולים להשפיע על חיים של אנשים בדרכים רבות. האם אתה מזדהה עם הדברים הכתובים למטה? אם כן, חשוב שתשוחח עם הרופא שלך.

« 97% מהאנשים שחיים עם אסתמה חמורה שאינה מאוזנת, מדווחים שהתסמינים שלהם מגבילים אותם בביצוע מטלות שגרתיות.

« 83% מאשרים שאסתמה חמורה שאינה מאוזנת משפיעה על מערכות היחסים שלהם.

« יותר מ-30% מהאנשים שחיים עם אסתמה חמורה שאינה מאוזנת אומרים שחוו דיכאון מפני שהתסמינים שלהם אינם מאוזנים היטב.



## הידעת?

50% מהאנשים עם אסתמה שמדווחים על תסמינים עיקשים גם סבורים שהאסתמה שלהם מאוזנת בצורה מלאה או טובה.

” זה סוף-סוף  
היוכה בי, עזר כמה  
רצינית האסתמה שלי  
באמת.”





הבא



הקודם

ניהול טוב של האסתמה מתחיל בידיעת סוג האסתמה שיש לך.

339  
מיליון  
אנשים עם אסתמה בעולם

עד 167  
מיליון  
אנשים חיים עם אסתמה מסוג 2

## מהי בדיוק אסתמה מסוג 2?

סוגים רבים של אסתמה מתקשרים לדלקת שמתרחשת בריאות. דלקת מסוג 2 היא סוג מסוים של דלקת הנמצאת בעומק הריאות.

דלקת מסוג 2 יכולה לגרום לשני הסוגים השכיחים ביותר של אסתמה: "אאוזינופילית" ו"אלרגית". ואסתמה הקשורה לדלקת מסוג 2 מוכרת כיום כאסתמה מסוג 2.



### הידעת?

אסתמה מסוג 2 קשורה לעתים קרובות למחלות דלקתיות אחרות מסוג 2, לדוגמה, פוליפיס באף, אלרגיות, זיהומים של הסינוסים, ואטופיק דרמטיטיס.



הבא



הקודם

# ארבעה יעדים מרכזיים לאיזון אסתמה חמורה.

העלאת שאלות על ההבנה החדשה של סוגי האסתמה - לרבות ידיעה על אסתמה מסוג 2 - יכולה לתת פרספקטיבה חדשה לאופן שבו אתה חי עם אסתמה. ושימוש בכלים כמו ניטור התסמינים, ניהול רשימה של טריגרים אישיים, ויצירת תוכנית לניהול אסתמה עם הרופא שלך הם צעדים נכונים להשגת מטרתכם המשותפת:

« הפחתת התדירות והחומרה של התקפי אסתמה.

« הפחתת התסמינים לטובת שיפור איכות החיים שלך.

« הפחתת השימוש בסטרואידים הנלקחים דרך הפה.

« שיפור הנשימה (או "תפקוד הריאות").

"ככל שאני יודע  
יותר על אסתמה, אני  
יכול לעצור אסתמי  
יותר."



# האם ידוע לך מהו סוג האסתמה שיש לך?

שמירה על קשר עם הרופא תוכל לעזור לך להתעדכן לגבי ההבנה החדשה על סוגי האסתמה, כולל אסתמה מסוג 2.

הורד את כל 5 העלונים שיעזרו לך להבין את האסתמה שיש לך מ- [www.thenextbreath.co.il](http://www.thenextbreath.co.il)



עלון 005  
להישאר על המסלול



עלון 004  
לבנות תכנית לניהול האסתמה שלך



עלון 003  
לדבר עם הרופא שלך



עלון 002  
לדעת מה סוג האסתמה שלך



עלון 001  
להבין מהי אסתמה מאוזנת

## לבחון מחדש את מחלת האסתמה שלך