

QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE: SEGNI DELLA BRONCHITE CRONICA*

1. SIBILI

- Senti spesso sibili al torace? SÌ NO

SE HAI RISPOSTO SÌ:

- Capita per più giorni - o notti? SÌ NO
- Quando si verificano i sibili avverti anche dispnea? SÌ NO

SE HAI RISPOSTO SÌ:

- Il respiro è del tutto normale negli intervalli tra una crisi e l'altra? SÌ NO

2. PATOLOGIE POLMONARI

- Negli ultimi 3 anni hai sofferto di malattie polmonari che hanno limitato la tua attività quotidiana per più di una settimana? SÌ NO

SE HAI RISPOSTO SÌ:

- Nel corso di tali malattie hai avuto una produzione di catarro superiore al normale? SÌ NO

SE HAI RISPOSTO SÌ:

- Hai avuto più di una malattia di questo genere negli ultimi 3 anni? SÌ NO

3. DISPNEA (sensazione di respiro faticoso durante gli sforzi o a riposo)

- Presento solo dispnea da sforzo
- Presento dispnea solo quando cammino in fretta in pianura o su una piccola salita
- Cammino più lentamente rispetto agli altri coetanei, su tragitti in piano, a causa della dispnea oppure mi devo fermare a prender fiato quando cammino normalmente in piano
- Mi fermo perché faccio fatica a respirare dopo circa 100 metri o dopo pochi minuti di cammino normale in piano
- Non esco di casa perché mi manca il respiro o presento dispnea quando mi vesto o mi spoglio

* Test elaborato da Linee Guida Gold



A I P O
ASSOCIAZIONE
I T A L I A N A
P N E U M O L O G I
O S P E D A L I E R I

L'AIPO, associazione libera ed autonoma fondata 30 anni fa, riunisce sul piano nazionale gli pneumologi ospedalieri italiani, circa 3.000 specialisti e, in qualità di soci affiliati, gli operatori parasanitari (fisiatri, caposala, infermieri, ecc.) che svolgono la loro attività in area pneumologica. Gli obiettivi primari di AIPO sono rivolti alla tutela della salute polmonare della popolazione e ad un continuo miglioramento della professionalità dei propri associati.

La Giornata del Respiro è nata dall'iniziativa di uno dei Gruppi di Studio AIPO, quello che si dedica alla "Attività Educazionale".

La Giornata del Respiro è stata resa possibile grazie al contributo volontario di



partner radiofonico dell'iniziativa



A I P O
ASSOCIAZIONE
I T A L I A N A
P N E U M O L O G I
O S P E D A L I E R I

con il patrocinio del
Ministero della Salute

XI GIORNATA DEL RESPIRO SABATO 28 MAGGIO 2005



non è ora di controllare il filtro dell'aria?

Chiedi presso

le iniziative della Giornata del Respiro.

per informazioni sui Centri Ospedalieri che aderiscono:

www.aiponet.it
www.pneumologiospedalieri.it

in collaborazione con



I POLMONI: UN FILTRO DEL MONDO ESTERNO

La funzione dei polmoni è quella di estrarre dall'aria l'ossigeno utilizzato da tutti gli organi che compongono il nostro corpo. Senza ossigeno infatti tutto funziona male: il cuore, il cervello, i muscoli, eccetera.

I polmoni svolgono un lavoro indispensabile alla nostra vita ed al buon funzionamento di tutti i nostri organi, ma per compierlo devono filtrare ogni giorno in media circa 28.400 litri d'aria.

Ecco perché i medici che sono specializzati nella cura delle malattie del polmone vogliono attrarre l'attenzione di tutti sull'importanza di preservare la salute prevenendo o curando tempestivamente le malattie respiratorie.

La salute dei nostri polmoni può essere valutata con esami semplici, non dolorosi, eseguibili in poco tempo. Esistono anche esami più complessi che consentono di approfondire le indagini quando il Medico lo giudica necessario.

! Non controllare la salute dei nostri polmoni è causa del diffondersi di molte malattie respiratorie.

ALCUNI DATI PER RIFLETTERE INSIEME

Le malattie dell'apparato respiratorio sono in Italia al terzo posto come causa di morte e per la frequenza con la quale si manifestano, dopo le malattie tumorali e cardiocircolatorie.

Ogni anno in Italia:

- 1 persona su 100 viene ricoverata in ospedale per una malattia che interessa l'apparato respiratorio.
- 1 persona su 1.000 muore per malattie respiratorie, tumore polmonare, bronchite, asma ed enfisema.
- non meno di 5.000.000 sono le persone coinvolte
- 30.000 persone, a causa della cronicizzazione delle patologie, vivono in una condizione di insufficienza respiratoria e dipendono da un erogatore di ossigeno.

LE PATOLOGIE SONO SEMPRE PIÙ IN AUMENTO

- **bronchite cronica, enfisema polmonare (2.500.000 casi*)**
- **asma bronchiale (1.730.000 di casi* con forte trend di aumento annuo soprattutto per i bambini)**
- **tumore polmonare (35/40.000 casi**): al primo posto negli uomini, in crescita nelle donne dopo utero e mammella).**
- **600.000*** ricoveri ospedalieri di cui: 1/3 per BPCO e insufficienza respiratoria, 1/4 per infezioni respiratorie, 1/7 per tumori polmonari, 1/7 per asma bronchiale; quasi 6.000.000 di giornate di degenza.**
- **tubercolosi**

* Fonte: Istat 2000 (stima di prevalenza)

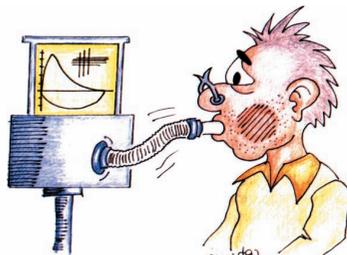
** Fonte: Registri Tumori Italiano (stima di prevalenza)

*** Fonte: Ministero della Salute 2002

? LE CAUSE: fumo di tabacco • diagnosi tardiva • inquinamento ambientale • infezioni respiratorie

LA SPIROMETRIA: UN PRIMO GESTO PER PROTEGGERE IL NOSTRO RESPIRO

La spirometria è facile da eseguire ed è molto importante perché dà informazioni utilissime sulla funzionalità dell'apparato respiratorio. Ogni centro Pneumologico è dotato di uno **spirometro** che è un apparecchio computerizzato che il tecnico usa per misurare il respiro del paziente che verrà poi valutato dallo specialista pneumologo.



L'esame consiste nel riempire i polmoni al massimo d'aria e soffiarela nello spirometro, attraverso un tubo, per poterla misurare.

L'apparecchio misura i litri d'aria contenuti nei polmoni e fornisce la velocità con la quale vengono espulsi consentendo così di valutare la salute del respiro.

Molto spesso il test viene ripetuto facendo inalare al paziente uno spray che dilata i bronchi; la differenza prima e dopo il farmaco permette di valutare l'efficacia e di differenziare asma e bronchite cronica.

Anche una piccola indagine fatta in autonomia può aiutarti a capire la presenza di segnali che potrebbero far pensare all'Asma o alla Bronchite Cronica.



Prova a fare questi test!

QUESTIONARIO DI VALUTAZIONE: ASMA*

- Hai manifestato qualche volta sibili o fischi al torace? (udire fischi o sibili durante la respirazione) Sì NO
- Hai manifestato qualche volta crisi dispnoiche in seguito ad intensa attività fisica? (fatica a respirare dopo lo sforzo) Sì NO
- Ti sei mai svegliato con sibili respiratori? Sì NO
- Ti sei mai svegliato con crisi di tosse? Sì NO
- Hai mai manifestato crisi dispnoiche a riposo durante la giornata? (fatica a respirare comparsa non dopo uno sforzo) Sì NO

*Test elaborato dalle linee guida GINA



Se hai risposto a sì ad una di queste domande parlane con il tuo medico!!!