

## Mi comporto correttamente in caso di attacco d'asma

**È essenziale adottare un buon approccio per trattare la crisi d'asma nel modo migliore. Ci sono alcuni segni che metteranno in allerta Lei o le persone che Le stanno vicino.**

### **Cosa succede durante una crisi d'asma?**

Quando si respira, l'aria circola nei polmoni attraverso dei condotti: i bronchi ed i bronchioli. Durante una crisi d'asma, i muscoli dei bronchioli si contraggono, il loro diametro diminuisce e aumenta la secrezione di muco. Tutto ciò ostruisce i bronchi e causa un respiro sibilante, molto caratteristico, oltre a una sensazione di soffocamento.

### **Come si riconosce una crisi d'asma?**

Il respiro è corto e sibilante, e la persona affetta si sente soffocata e senza fiato. È difficile parlare, si prova un senso di oppressione e inquietudine. Si può presentare una tosse secca, soprattutto di notte quando ci si alza o si compie uno sforzo. Questi segnali La avvertiranno dell'insorgenza di una crisi d'asma.

### **In che modo devo reagire?**

Alla comparsa dei primi segni, è necessario inalare il broncodilatatore abituale, seguendo le indicazioni del Suo medico curante. Si tranquillizzi. Si sieda e respiri lentamente e profondamente.

### **Come posso valutare la gravità della crisi?**

Se si presenta uno dei seguenti casi, chiami immediatamente il pronto soccorso o il 118 da un telefono cellulare.

- # Nessun miglioramento dopo mezz'ora dall'inalazione del broncodilatatore (la cui applicazione andrà ripetuta ogni 5-10 minuti a seconda delle indicazioni fornite dal Suo medico).
- # Impossibilità di pronunciare una frase completa senza riprendere respiro.
- # Pelle cianotica su labbra e unghie.
- # Traspirazione abbondante.
- # Sintomi di spossatezza.

È necessario prendere precauzioni a lungo termine. Il trattamento di fondo non deve essere trascurato una volta superata la crisi.

Eviti per quanto possibile i fattori di rischio che provocano la crisi d'asma, ad esempio il fumo e la presenza di animali in casa.

*Redazione a cura di "Malice & Co. (Francia). Revisione a cura del Dott. Fabio Pilato.*

*Ultima revisione Agosto 2010.*

## Informazioni relative al documento

Data di creazione: **01/10/10**