



## Har jeg astma?

**Spørsmål:** Jeg tror at jeg har astma, men jeg vet ikke helt. Jeg sliter både med tung pust og med allergi. Tidligere var jeg i topp form og kunne jogge nesten en mil.

Når klarer jeg ikke en gang å jogge en kilometer uten å bli andpusten. Jeg har forsøkt inhalasjonspulver, og det synes jeg hjalp. Jeg skal være ærlig å si at jeg har røykt, men det var ikke lenge.

**Svar:** Du skriver at du har allergi, at du tidligere var i god fysisk form, men at du nå strever med pusten, og at du syntes at inhalasjonspulver hjalp. Samlet gir det grunn til å mistenke at du har astma. Røyking kan ha bidratt til å utløse symptomene og vil utvilsomt bidra til å opprettholde dem. Det er derfor fint at du er røykfri. For å få stillet en sikker diagnose, bør du kontakte legen din. Han kan måle lungefunksjonen før og etter at du har anstrengt deg fysisk (for eksempel gått eller løpt i trapper i 10-12 minutter). En registrering før og etter at du har inhalert en dose med astmamedisin gir også nyttig informasjon. Noen ganger lar man pasienten puste inn et stoff (metakolin) som gjør at vedkommende får astmasymptomer hvis personen har astma.

Legen vil sannsynligvis også utrede allergien din nærmere dersom dette ikke allerede er gjort. For å utelukke andre årsaker til pusteproblemer med fysiske anstrengelser vil han i tillegg gjøre en generell helseundersøkelse av deg, herunder lytte på hjertet ditt, ta noen blodprøver og muligens bestille et røntgenbilde av hjerte og lunger.

Basert på dine opplysninger og resultatene av prøvene vil han eventuelt forskrive astmamedisin til deg. Det gir deg mulighet til å teste ut virkningen av den under ulike forhold, som for

eksempel fysiske anstrengelser, kulde, forkjølelser eller i situasjoner der du kommer i kontakt med noe du er allergisk mot. I tillegg til din egne opplevelse av bedring, kan det være nyttig å måle hvor fritt du kan puste under disse betingelsene samt registrere effekten av medisin. Målingene kan du gjøre med det et enkelt og rimelig apparat som kalles PEF-måler.