



Mindre astma med riktig bruk av inhalator

Annenhver pasient med astma bruker inhalatoren feil. Mange får derfor ikke tilstrekkelig med medisin.

Konsekvenser ved feil bruk av inhalator ¹⁻⁴.

- Mindre medisin i lungene
- Redusert livskvalitet
- Mer symptomer
- Hyppigere forverrelser

Vanskelighetene skyldes ofte at det er vanskelig å puste inn samtidig som eller med tilstrekkelig kraft når medisinen blir frigjort fra inhalatoren, eller fordi man av andre årsaker bruker hjelpemiddelet feil. En ny inhalator gjør det enklere å tilføre kroppen riktig dose. Den er konstruert slik at medisinen blir frigitt i det man puster inn. Derved slipper man å koordinere frigjøringen av medisin og innpust. (Helsepersonell kan lese mer om inhalatoren [her](#).)

Studier viser at jevnlig systematisk oppfølging der pasient og lege snakker sammen om sykdommen og behandlingen fører til bedre behandlingseffekt og færre forverrelser ⁵. I oppfølgingssamtalene er det viktig å sjekke at inhalasjonsteknikken er korrekt.

Andre viktige temaer er:

- Hvordan har du det?

- Akutte forverrelser siden forrige kontroll?
- Medisinbruk og bivirkninger
- Fysisk trening
- Røykeslutt?
- Samtale om nye behandlingsmuligheter
- Vaksine mot influensa og mot lungebetennelse

Ta gjerne med listen over punkter neste gang du er hos fastlegen din. Den kan være et utgangspunkt for en samtale om din situasjon. Det er også viktig å lage en konkret plan for hvordan du skal justere medisinene dine avhengig av behov, og å avtale når du bør kontakte lege.

Referanser:

1. Plaza V, Sanchis J. Medical personnel and patient skill in the use of metered dose inhalers: a multicentric study. CESEA Group. *Respiration* 1998; 65: 195–8.
2. De Oliveira MA, Bruno VF, Ballini LS, BritoJardim JR, Fernandes AL. Evaluation of an educational program for asthma control in adults. *J Asthma* 1997; 34: 395–403.
3. Lavorini F, Magnan A, Dubus JC et al. Effect of incorrect use of dry powder inhalers on management of patients with asthma and COPD. *Respir Med* 2008; 102: 593–604.
4. Melani AS, Zanchetta D, Barbato N et al. Inhalation technique and variables associated with misuse of conventional metered-dose inhalers and newer dry powder inhalers in experienced adults. *Ann Allergy Asthma Immunol* 2004; 93: 439–46.
5. Kruis AL, Smidt N, Assendelft WJ, Gussekloo J, Boland MR, Rutten-van MM, et al. Integrated disease management interventions for patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Cochrane Database Syst Rev* 2013;10