

Astım Kontrol Testi



 Dr. Tayfun ÇALIŞKAN

Astım hastalığının tedavisinde, hastalığın tedavi ile kontrol altında tutulması hedeflenmektedir. Astım tedavisinin doktor tarafından değerlendirilmesinde çeşitli anketler kullanılmaktadır. 2006 yılından önce astım tedavisinde hastalığın ağırlığı belirlenir ve doktor tarafından hastaya uygulanacak tedavi, ağırlık düzeyine göre verilir. Ancak son yıllarda, astım tedavisinde hastalığın ağırlığı yerine kontrol kavramı üzerinden tedavinin planlanması önerilmektedir. İlk kez astım tanısı konan ve tedavi kullanacak hastalara halen ağırlığa göre tedavi başlanmaktadır.

Astımın kontrolü, tedavi ile astım şikayetlerinin ve klinik bulgularının azalması veya olmamasıdır. Astımın kontrolünün sağlanması ile kısa dönemde yaşam kalitesi artar ve uzun dönemde hastalık atakları, ilaç yan etkileri, solunum fonksiyonlarında kayıp gibi istenmeyen durumlar önlenmiş olur. Hastalara astımının kontrol altında olup olmadığını belirlemek için çeşitli anketler yapılmaktadır. Bu



anketler arasında astım kontrol testi (AKT), astım kontrol anketi (AKA) ve astım tedavi değerlendirme anketi en sık bilinen ve kullanılanlardır.

Şekil: Astım Kontrol Testi™ (AKT)

Astım Kontrol Testi™ (AKT)

1. Son 4 haftada astımınız sizin işte, okulda veya evde yapmak istediklerinizi ne kadar etkiledi?

Tamamen	1	Çoğunlukla	2	Bazen	3	Nadiren	4	Hiçbir zaman	5
---------	---	------------	---	-------	---	---------	---	--------------	---

2. Son 4 hafta süresince, ne kadar sıklıkla nefes darlığı hissettiniz?

Günde bir kezden fazla	1	Günde bir kez	2	Haftada 3-6 kez	3	Haftada 1 veya iki kez	4	Hiçbir zaman	5
------------------------	---	---------------	---	-----------------	---	------------------------	---	--------------	---

3. Son 4 hafta süresince, astım şikayetleriniz (hışıltı, öksürük, nefes darlığı, göğüste sıkışma veya ağrı) kaç kez gece veya sabah sizi normal kalkış saatinizden önce uyandırdı?

Haftada en az 4 gece	1	Haftada 2-3 gece	2	Haftada bir kez	3	Bir veya iki kez	4	Hiçbir zaman	5
----------------------	---	------------------	---	-----------------	---	------------------	---	--------------	---

4. Son 4 hafta süresince rahatlatıcı inhaler cihazınızı veya Salbutamol türü nebülizer cihazınızı kaç kez kullandınız?

Günde 3 kez veya daha sık	1	Günde 1 veya 2 kez	2	Haftada 2 veya 3 kez	3	Haftada 1 kez veya daha az	4	Hiçbir zaman	5
---------------------------	---	--------------------	---	----------------------	---	----------------------------	---	--------------	---

5. Son 4 haftadaki astım kontrolünüzü nasıl değerlendirirsiniz?

Hiç kontrol altında değil	1	Zayıf düzeyde	2	Bir dereceye kadar	3	İyi düzeyde	4	Tamamen kontrol altında	5
---------------------------	---	---------------	---	--------------------	---	-------------	---	-------------------------	---

Hasta Toplam Puanı

PUAN

Astım kontrol testi günümüzde en çok kullanılan, hastalar ve aileleri tarafından da kolayca anlaşılabilir ve astımın iyi veya kötü seyirde olduğunu gösteren önemli bir testtir. AKT, 5 sorudan oluşan bir ankettir. Hastalar, her bir soruya bir ile beş arasında puan verir. Beş sorunun toplam puanı, test sonucunu oluşturur. Toplam puan 25 ise tam kontrol, 24-20 ise kısmi kontrol ve ≤ 19 ise kontrol altında değil olarak değerlendirilir. Bu sınıflama, tedavinin yeterli olup olmadığını göstermektedir. Tedavide amaç, tam kontrolün sağlanmasıdır. Kontrol sağlanıncaya kadar tedavi 4 haftada bir değerlendirilerek basamak çıkılır ve tam kontrol sağlandıktan 3 ay sonra tedavi basamağı inilerek kontrolü sağlayan en düşük tedavi basamağında idame ettirilir.

Hastalar ve aileleri bu anketteki soruları cevaplayıp puanlayarak astımlarının seviyesini anlayıp, tedavilerinin iyi gidip gitmediğini ve astımlarının kontrol altında olup olmadığını kolayca anlayabilirler. Özellikle anket puanı toplamı 19 ve altında olan astımlı hastaların doktor takip ve kontrolleri önerilir.