



ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

5 Μαΐου. Παγκόσμια Ημέρα Άσθματος

**Ενημερώσου σωστά για το Άσθμα!
Οι ασθενείς με άσθμα μπορούν να έχουν μια απόλυτα φυσιολογική ζωή.**

Το άσθμα μπορεί και πρέπει να ελέγχεται πλήρως

10 χρόνια λειτουργίας www.myasthma.gr για την καλύτερη ενημέρωση των ασθενών

800.000 ασθενείς υπολογίζονται οι ασθενείς με άσθμα στην Ελλάδα

Τετάρτη 5 Μαΐου 2021. Παγκόσμια Ημέρα Άσθματος και η Ομάδα Άσθματος της Ελληνικής Πνευμονολογικής Εταιρείας (Ε.Π.Ε.), αναλαμβάνει ενημερωτικές δράσεις, με στόχο να ενημερώσει σωστά και υπεύθυνα το κοινό και κατ' επέκταση τον ασθενή για το άσθμα και τους τρόπους αντιμετώπισής του, παροτρύνοντάς τον να επισκεφθεί άμεσα τον ειδικό Πνευμονολόγο, για έγκαιρη διάγνωση και παροχή εξατομικευμένης θεραπείας.

Η Ομάδα Άσθματος εντείνει τις προσπάθειές της για την ευρύτερη ενημέρωση όλων των ασθενών και εν δυνάμει ασθενών, ώστε να ζουν μια καλύτερη ζωή, επιτυγχάνοντας μια καθημερινή φυσιολογική δραστηριότητα.

Οι δράσεις της Ομάδας Άσθματος παρουσιάστηκαν σε Συνέντευξη Τύπου σήμερα, στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας Άσθματος, στην οποία παρουσιάστηκε το επιστημονικό site www.myasthma.gr, το μοναδικό στην Ελλάδα για ασθενείς με άσθμα, με τα πιο έγκυρα και πρόσφατα επιστημονικά δεδομένα καθώς το έχουν δημιουργήσει και το επιμελούνται Μέλη-Πνευμονολόγοι της Ομάδας Άσθματος της Ε.Π.Ε.

Εισηγητές στη Συνέντευξη Τύπου ήταν ο κ. **Στυλιανός Λουκίδης**, Πρόεδρος της Ε.Π.Ε., Καθηγητής Πνευμονολογίας, ΕΚΠΑ, κ. **Πέτρος Μπακάκος**, Καθηγητής Πνευμονολογίας Ιατρικής Σχολής ΕΚΠΑ και Ειδικός Γραμματέας Εκπαίδευσης της ΕΠΕ, κα **Εύη Ορφανού**, Αν. Γραμματέας ΔΣ Ένωση Ασθενών Ελλάδας, Πρόεδρος Συλλόγου Καρκινοπαθών & Σπάνιων Παθήσεων Ν. Έβρου «Μαζί για Ζωή», και οι Υπεύθυνοι Ομάδας Άσθματος ΕΠΕ κ. **Κωνσταντίνος Σάμιτας** Πνευμονολόγος, Επιμελητής Β' ΕΣΥ της 7^{ης} Πνευμονολογικής Κλινικής ΓΝΝΘΑ η «Η ΣΩΤΗΡΙΑ», και κα **Έυα Φούκα**, Πνευμονολόγος Διευθύντρια ΕΣΥ, ΓΝΘ «Γεώργιος Παπανικολάου».

Ο κ. **Λουκίδης** επισήμανε «Το άσθμα είναι μια νόσος με σημαντικές επιπτώσεις στην υγεία των ασθενών, ειδικότερα στην εποχή της COVID-19, ενώ υπολογίζεται με τα πλέον πρόσφατα δεδομένα ότι περισσότεροι από 800.000 Έλληνες πάσχουν από βρογχικό άσθμα». Αναφερόμενος στο φετινό μήνυμα της Παγκόσμιας Ημέρας Άσθματος “Ενημερώσου σωστά για το Άσθμα”, τονίζει ότι «στόχος της ΕΠΕ είναι μέσα από εκστρατείες ενημέρωσης, δράσεις και επιστημονικές μελέτες, οι ασθενείς να ενημερωθούν για την ανάγκη πρόληψης αλλά και τις νέες θεραπευτικές επιλογές, όπως είναι οι βιολογικοί παράγοντες που έχουν αλλάξει ουσιαστικά τη φυσική πορεία της σοβαρής νόσου. Με γνώμονα την υπεύθυνη ενημέρωση,

ο Πνευμονολόγος είναι εκείνος που θα συμβουλέψει και θα καθοδηγήσει τον ασθενή, ώστε να αντιμετωπιστεί η νόσος αποτελεσματικά».

Στο έργο της Ομάδας Άσθματος αναφέρθηκε ο κ. **Μπακάκος** « Η Ομάδα Άσθματος της ΕΠΕ απαρτίζεται από μεγάλο αριθμό των μελών της και είναι από τις πιο δραστήριες ομάδες εργασίες. Εδώ και αρκετά χρόνια δραστηριοποιείται και μέσα από τη σελίδα myasthma.gr, παρέχοντας πολύτιμες συμβουλές για τη σωστή διαχείριση της νόσου αλλά και απαντήσεις σε ποικίλα ερωτήματα που απασχολούν τους ασθενείς, γεγονός που δείχνει το ενδιαφέρον των Πνευμονολόγων για το βρογχικό άσθμα. Η σημαντικότερη επιδημιολογική μελέτη στην Ελλάδα έγινε το 2012 από την ομάδα Άσθματος της ΕΠΕ και ανέδειξε ότι το **8,2% του πληθυσμού των ενηλίκων πάσχει από τη νόσο** (υπολογίζεται ότι περισσότεροι από 800.000 Έλληνες πάσχουν από βρογχικό άσθμα). Σχετικά με τη διαχείριση της νόσου τόνισε «Καθοριστικό ρόλο διαδραματίζουν τα **Ειδικά Ιατρεία Άσθματος σε Νοσοκομεία**, που έχουν καταστήσει δυνατή την πρόσβαση και αξιολόγηση ακόμη και σοβαρών ασθματικών, βελτιώνοντας τα συμπτώματα και την ποιότητα ζωής αυτών των ασθενών».

Από την πλευρά των ασθενών την προσωπική της μάχη με το άσθμα περιέγραψε η **κα Εύη Ορφανού** «Η σημερινή ημέρα αναδεικνύει τη σημασία και ανάγκη συνεργασίας και ενεργού συμμετοχής των ασθενών στον παραγωγικό διάλογο, σε τόσο βαρύνουσας σημασίας ζητήματα όπως το άσθμα». Ο κάθε ασθενής βιώνει διαφορετικά την συμβίωση με το άσθμα του. Οι κρίσεις εμφανίζονται με συμπτώματα όπως δύσπνοια, βήχας, συριγμός. Εκλυτικοί παράγοντες που μπορεί να «πυροδοτήσουν» μία κρίση αποτελούν: **εισπνεόμενα αλλεργιογόνα (ποικίλης κατηγορίας και πάρα πολλών ειδών), ιογενείς ή και μικροβιακές λοιμώξεις, σωματική άσκηση, εισπνεόμενες φαρμακευτικές ουσίες, επαγγελματική έκθεση σε ερεθιστικές εισπνεόμενες ουσίες, ατμοσφαιρικοί ρύποι, άγχος**. Σήμερα, η επιστήμη μας έχει εφοδιάσει με ισχυρά όπλα και γνώση για την αντιμετώπιση του νοσήματος. Τα νέα αντιασθματικά φάρμακα, οι σύγχρονες και εύχρηστες συσκευές και τα μονοφωνικά αντισώματα (για το σοβαρό μη ελεγχόμενο αλλεργικό άσθμα) έχουν βελτιώσει πολύ τον έλεγχο του άσθματος και την ποιότητα ζωής των ασθενών».

Ο κ. **Σάμιτας** αναφέρθηκε στην Ομάδα Άσθματος της Ελληνικής Πνευμονολογικής Εταιρείας και τη δράση της τα τελευταία χρόνια, «Η Ομάδα Άσθματος είναι **μια επιστημονική ομάδα ειδικών Πνευμονολόγων** με μεγάλη εμπειρία στο άσθμα σε όλα τα επίπεδα της φροντίδας του, από την Πρωτοβάθμια Φροντίδα Υγείας μέχρι τη φροντίδα ασθενών με σοβαρό άσθμα σε νοσοκομειακό επίπεδο». Στη συνέχεια αναφέρθηκε στο www.myasthma.gr που για **μια 10ετία** περίπου αποτελεί σημαντική πηγή πληροφόρησης για το ευρύ κοινό, τους ασθενείς με άσθμα και τους γονείς με παιδιά που πάσχουν από άσθμα. «Η σελίδα myasthma.gr είναι ανανεωμένη με **μοντέρνο και φιλικό σχεδιασμό προς τον χρήστη**, να φορτώνει γρήγορα τα δεδομένα και να είναι **προσβάσιμη** από **smart συσκευές**. Έχει ως στόχο να ενημερώσει έγκυρα τον κόσμο για το άσθμα σε μια εποχή που η παραπληροφόρηση για ιατρικά θέματα στα μέσα ενημέρωσης, ειδικά διαδικτυακά, έχει κορυφωθεί». Η Ομάδα Άσθματος διαθέτει σελίδα στο Facebook και στο twitter, λογαριασμοί που είναι προσβάσιμοι και από το www.myasthma.gr.

Στην πανδημία COVID-19 και τους ασθενείς με άσθμα αναφέρθηκε η **κα Έυα Φούκα**, «Σε ασθενείς με καλά ελεγχόμενο, ήπιο-μέτριο άσθμα δεν παρατηρείται αυξημένος κίνδυνος σοβαρής νόσου ή θανάτου από Covid-19, ωστόσο οι ασθενείς με σοβαρό άσθμα βρίσκονται σε αυξημένο κίνδυνο σε σχέση με το γενικό πληθυσμό. Η ΕΠΕ συστήνει ανεπιφύλακτα τη συνέχιση της συνταγογραφούμενης αγωγής για το άσθμα, τόσο των εισπνεόμενων κορτικοστεροειδών, τα οποία κρίνονται ασφαλή, τουλάχιστον σε χαμηλές-μέτριες δόσεις, όσο και των βιολογικών θεραπειών και των από του στόματος κορτικοστεροειδών για τους ασθενείς με σοβαρό άσθμα. Σχετικά με τα εμβόλια, βασιζόμενοι στην εκτίμηση κινδύνου και οφέλους, συστήνεται ο εμβολιασμός έναντι της COVID-19 για όλους τους ασθενείς με άσθμα, καθώς τα εμβόλια έχουν αποδειχτεί ασφαλή και οι αλλεργικές αντιδράσεις σε αυτά είναι γενικά σπάνιες. Ωστόσο, τα mRNA εμβόλια δεν θα πρέπει να χορηγούνται σε ασθενείς με ιστορικό σοβαρής αλλεργικής αντίδρασης στα συστατικά τους και ιδιαίτερα στην πολυαιθυλενική γλυκόλη και οι

εμβολιασμοί με τα εμβόλια αυτά θα πρέπει να γίνονται σε δομή υγείας στην οποία θα μπορεί να γίνει άμεση αντιμετώπιση της αλλεργικής αντίδρασης, αν αυτή υπάρξει. Ασθενείς με σοβαρό άσθμα που λαμβάνουν βιολογικούς παράγοντες ή από του στόματος κορτικοστεροειδή έχουν ενταχθεί στην Ομάδα Β προτεραιοποίησης του ΕΟΔΥ και ο εμβολιασμός τους έχει ήδη αρχίσει.»

Στο πλαίσιο της προσπάθειας της ΕΠΕ για ενημέρωση και ευαισθητοποίηση, αναφορικά με το άσθμα καθώς και τους τρόπους αντιμετώπισής του, θα πραγματοποιηθεί σήμερα στις 18.00 ζωντανή διαδικτυακή εκδήλωση (Live Event) στη σελίδα [Facebook του myasthma.gr.](#), στο πλαίσιο της Παγκόσμιας Ημέρας Άσθματος.

Ο ιστότοπος [myasthma.gr](#) και η οργάνωση της εκδήλωσης για την Παγκόσμια Ημέρα Άσθματος, υλοποιούνται με την ευγενική χορηγία της **Chiesi Hellas** του Ομίλου Chiesi, ο οποίος έχει πιστοποιηθεί ως B-corp, για τις συντεταγμένες με τη βιώσιμη ανάπτυξη- δράσεις του και τον τρόπο του επιχειρείν.

Λίγα λόγια για το Άσθμα

Το άσθμα είναι μια από τις πιο κοινές χρόνιες παθήσεις και υπολογίζεται ότι 300 εκατ. άνθρωποι πάσχουν από άσθμα σε όλο τον κόσμο. Το άσθμα είναι μια χρόνια φλεγμονώδης νόσος των αεραγωγών, που είναι οι αγωγοί – «σωλήνες» μέσω των οποίων ο αέρας εισέρχεται στους πνεύμονες για τη λειτουργία της αναπνοής. Όταν ένα άτομο επηρεάζεται από το άσθμα, η φλεγμονή προκαλεί στένωση των αεραγωγών και κατά συνέπεια η ροή του αέρα είναι περιορισμένη και η αναπνοή γίνεται δύσκολη. Επιπλέον, σε άτομα που πάσχουν από άσθμα, η στένωση των αεραγωγών επιδεινώνεται από υπερπαραγωγή της βλέννας και από βρογχόσπασμο, λόγω της σύσπασης των μυών γύρω από τους βρόγχους. Όλα αυτά τα στοιχεία είναι η αιτία όλων των συμπτωμάτων που εμφανίζουν οι ασθενείς: επαναλαμβανόμενα επεισόδια συριγμού, δύσπνοια, σφίξιμο στο στήθος, βήχας, ιδιαίτερα τη νύχτα ή νωρίς το πρωί. Μεταξύ των εκλυτικών παραγόντων που επιβαρύνουν τα συμπτώματα του άσθματος είναι, οι λοιμώξεις του αναπνευστικού συστήματος, τα άνθη ορισμένων δέντρων και φυτών, η άσκηση, ο κρύος αέρας, ορισμένα φάρμακα (π.χ. ασπιρίνη), η οικιακή σκόνη (ακάρια), αλλεργιογόνα κατοικίδιων ζώων, καθώς και ενδογενείς παράγοντες όπως το άγχος.

Λίγα λόγια για την Ελληνική Πνευμονολογική Εταιρεία

Η Ελληνική Πνευμονολογική Εταιρεία, το επιστημονικό σωματείο όλων των Ελλήνων Πνευμονολόγων, έχει ως σκοπό την προαγωγή και την προώθηση της γνώσης σε θέματα σχετικά με τη λειτουργία και τις παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος και την εκπαίδευση των γιατρών στις νεώτερες απόψεις και τεχνικές για την αντιμετώπιση των παραπάνω νόσων. Επίσης, στοχεύει στη μελέτη των συνθηκών (κοινωνικών, οικονομικών, επαγγελματικών και χωροβιονομικών) κάτω από τις οποίες αναπτύσσονται αυτά τα νοσήματα στη χώρα μας και συντάσσει εισηγήσεις προς την πολιτεία. Παράλληλα, επενδύει στην ενημέρωση του κοινού σε θέματα πρόληψης και αντιμετώπισης νόσων σχετικών με την Πνευμονολογία. Για την πραγματοποίηση των σκοπών της η Εταιρεία οργανώνει συνέδρια, διαλέξεις, συμπόσια, εκπαιδευτικά σεμινάρια, ομιλίες στο κοινό, εκδίδει φυλλάδια και χρησιμοποιεί γενικά κάθε έγκριτη επιστημονική μέθοδο που αποφασίζει το Δ.Σ. και η Γ.Σ. της Εταιρείας. Συνεργάζεται με όμοιες ή παρεμφερείς ελληνικές ή ξένες εταιρείες στα παραπάνω θέματα.

Για περισσότερες πληροφορίες επικοινωνήστε με την ΕΠΕ στο 210 7487723 και info@hts.org.gr