

Upitnik je sastavio vodeći stručnjak na području biheavioralne medicine, profesor Rob Horne, University College London (UCL) u suradnji s kolegama iz Međunarodne skupine za primarnu skrb dišnih

bolesti (International Primary Care Respiratory Group, IPCRG), a u potpunosti je financiran sredstvima društva AstraZeneca UK Limited.

## Upitnik o oslanjanju na plavu pumpicu\*

Ovaj upitnik, koji samostalno ispunjavate, osmišljen je da pomogne Vama i Vašem liječniku shvatiti što mislite o svojoj plavoj pumpici za astmu i oslanjate li se možda previše na nju. **Ovo nisu medicinski savjeti. NEMOJTE prekidati niti mijenjati svoju terapiju bez prethodnog razgovora sa svojim liječnikom.**

### 1. DIO: Vaše mišljenje o plavoj pumpici

1. Zaokružite ocjenu uz odgovor koji najbolje odgovara Vašem trenutnom mišljenju.
2. Upišite ocjenu za svaku tvrdnju u kvadratić pored nje.
3. Zbrojite ocjene da biste dobili ukupan rezultat.
4. Pokažite rezultat svom liječniku.

Niže su izjave drugih korisnika plave pumpice.

*Nema točnih ili netočnih odgovora. Zanima nas Vaše mišljenje.*

#### 1. Korištenje plave pumpice za liječenje simptoma najbolji je način da održavam astmu pod kontrolom.

1. DIO:  
REZULTAT

- |                             |                       |                           |                    |                            |                          |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|
| <b>1</b> Uopće se ne slažem | <b>2</b> Ne slažem se | <b>3</b> Nisam siguran/na | <b>4</b> Slažem se | <b>5</b> Potpuno se slažem | <input type="checkbox"/> |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|

#### 2. Ne brine me astma dok uz sebe imam plavu pumpicu.

- |                             |                       |                           |                    |                            |                          |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|
| <b>1</b> Uopće se ne slažem | <b>2</b> Ne slažem se | <b>3</b> Nisam siguran/na | <b>4</b> Slažem se | <b>5</b> Potpuno se slažem | <input type="checkbox"/> |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|

#### 3. Moja plava pumpica jedina je terapija za astmu na koju se doista mogu osloniti.

- |                             |                       |                           |                    |                            |                          |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|
| <b>1</b> Uopće se ne slažem | <b>2</b> Ne slažem se | <b>3</b> Nisam siguran/na | <b>4</b> Slažem se | <b>5</b> Potpuno se slažem | <input type="checkbox"/> |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|

#### 4. Koristi primjene plave pumpice daleko nadmašuju bilo koje rizike.

- |                             |                       |                           |                    |                            |                          |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|
| <b>1</b> Uopće se ne slažem | <b>2</b> Ne slažem se | <b>3</b> Nisam siguran/na | <b>4</b> Slažem se | <b>5</b> Potpuno se slažem | <input type="checkbox"/> |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|

#### 5. Radije se oslanjam na plavu pumpicu nego na protuupalni inhalator za kontrolu astme.

- |                             |                       |                           |                    |                            |                          |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|
| <b>1</b> Uopće se ne slažem | <b>2</b> Ne slažem se | <b>3</b> Nisam siguran/na | <b>4</b> Slažem se | <b>5</b> Potpuno se slažem | <input type="checkbox"/> |
|-----------------------------|-----------------------|---------------------------|--------------------|----------------------------|--------------------------|

1. DIO: Objašnjenja rezultata pročitajte na poleđini.

1. DIO: UKUPAN REZULTAT

### 2. DIO: Uporaba plave pumpice

1. Zaokružite odgovor i upišite rezultat u kvadratić.
2. Pokažite rezultat svom liječniku.

#### Koliko ste često u prosjeku koristili plavu pumpicu u protekla 4 tjedna?

2. DIO:  
REZULTAT

- |                                |                            |                         |                           |                                 |                          |
|--------------------------------|----------------------------|-------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| <b>1</b> Nisam ju koristio/la. | <b>2</b> Do 2 puta tjedno. | <b>3</b> 3 puta tjedno. | <b>4</b> 4-5 puta tjedno. | <b>5</b> Više od 5 puta tjedno. | <input type="checkbox"/> |
|--------------------------------|----------------------------|-------------------------|---------------------------|---------------------------------|--------------------------|

\* Sadrži lijek koji se zove SABA (kratkodjelujući beta-agonist), koji se propisuje radi brzog ublažavanja simptoma astme kad se oni pojave.

## Kako mi ovaj upitnik može pomoći?

Mnoge osobe s astmom previše se oslanjaju na plavu pumpicu.<sup>3,4</sup> To ne iznenađuje, budući da se uglavnom osjećate bolje odmah nakon što ju primijenite. Neki bolesnici vjeruju da je to najvažniji dio liječenja astme. MEDUTIM, plava pumpica može imati neke prednosti, ali i neke nedostatke.

**Prednost** je ta što možete osjećati brzo olakšanje simptoma astme.

**Nedostatak** je činjenica da iako pomaže u olakšavanju simptoma astme, plava pumpica ne pomaže u liječenju osnovnog uzroka napadaja astme.

## Što znači ukupan rezultat iz 1. dijela upitnika?

### 18-25 bodova:

**Visok rizik od prekomjernog oslanjanja na plavu pumpicu.** Čini se da se Vi, kao i mnogi drugi bolesnici, prekomjerno oslanjate na svoju plavu pumpicu. Ako ju koristite 3 puta tjedno ili češće, to bi mogao biti znak da kontrola Vaše astme nije dovoljno dobra. Trebali biste porazgovarati o svojim rezultatima s liječnikom.

### 11-17 bodova:

**Umjeren rizik od prekomjernog oslanjanja na plavu pumpicu.** Kao i mnogim drugim bolesnicima, i Vama je plava pumpica važna, no moguće je da se prekomjerno oslanjate na nju. Ako ju koristite 3 puta tjedno ili češće, to bi mogao biti znak da kontrola Vaše astme nije dovoljno dobra. Trebali biste porazgovarati o svojim rezultatima s liječnikom.

### 10 ili manje bodova:

**Nizak rizik od prekomjernog oslanjanja na plavu pumpicu.** Čini se da se Vi ne oslanjate prekomjerno na svoju plavu pumpicu. To su dobre vijesti. Nastavite čitati kako biste provjerili imate li neke od drugih mogućih znakova loše kontrole astme.

## Što znači ukupan rezultat iz 2. dijela upitnika?

Ako Vaš rezultat iznosi **3 boda ili više**, moguće je da previše koristite svoju plavu pumpicu.<sup>1,2</sup> To bi mogao biti znak da kontrola Vaše astme nije dovoljno dobra. Razgovarajte sa svojim liječnikom, jer možda postoje bolji načini liječenja Vaše astme.

## Koji su drugi znakovi loše kontrole astme?<sup>2</sup>

Osim uporabe plave pumpice 3 ili više puta tjedno, još tri znaka upućuju na lošu kontrolu astme. Ako ste u protekla 4 tjedna opazili neku od sljedećih situacija, trebali biste porazgovarati o svom liječenju astme s liječnikom:

1. Simptomi tijekom dana bili su prisutni 3 ili više puta tjedno.
  2. Noću ste se budili zbog astme.
  3. Koristili ste plavu pumpicu 3 ili više puta tjedno.
  4. Astma Vam je ograničavala aktivnost.
- Uz odgovarajuće liječenje, većina osoba može postići dobru kontrolu astme.

**NAPOMENA:** U smjernicama se primjenjuje prag za definiciju nekontrolirane (NICE 2017)<sup>1</sup> ili djelomično kontrolirane/nekontrolirane (GINA 2019)<sup>2</sup> astme - uporaba inhalatora za hitno ublažavanje simptoma tri ili više puta/dana tjedno. **Upitnik od 5 pitanja prilagođen je iz validiranog i diljem svijeta korištenog Upitnika o stavovima o lijekovima (Beliefs about Medicines Questionnaire)<sup>5</sup>, koji je osmislio i sastavio prof. Rob Horne (UCL), vodeći stručnjak na području bihevioralne medicine.** Skupina IPCRG primila je sredstva od društva AstraZeneca za razvijanje inicijative za pravilnu skrb o astmi - Asthma Right Care Initiative. Proizvodnja i distribucija ovog upitnika u potpunosti je financirana sredstvima društva AstraZeneca UK Limited.

REFERENCE: 1. NICE Guideline [NG80]. Asthma: diagnosis, monitoring and chronic asthma management. November 2017. 2. Global Initiative for Asthma (GINA). Pocket Guide for asthma management and prevention (for adults and children older than 5 years). 2019. Available from: [www.ginasthma.org](http://www.ginasthma.org) [last accessed 08.05.19]. 3. Price D, Fletcher M, van der Molen T. NPJ Prim Care Respir Med. 2014; 24:14009. 4. Partridge MR, van der Molen T, Myrseth SE, et al. BMC Pulm Med. 2006; 6:13. 5. Horne R, Weinman J, Hankins M. Psychology & Health. 1999; 14(1):1-24.

Ovo nisu medicinski savjeti. **NEMOJTE prekidati niti mijenjati svoju terapiju bez prethodnog razgovora sa svojim liječnikom.**

Veeva ID HR-1291, ožujak 2021., vrijedi do ožujka 2023.



AstraZeneca d.o.o., Radnička cesta 80, 10000 Zagreb  
Tel: +385 1 4628 000; [www.astrazeneca.com](http://www.astrazeneca.com)

© Prof Rob Horne