



## ASMA KRISIA / BRONKOESPASMOA

### Zer da bronkoespasmoa?

Azpiko arnasbideen (bronkioen) hertsadurak dira, eztularen eta/edo arnasa hartzeko zailtasuna eragiten dutenak. Oro har, asma-krisietan gertatzen dira, baina baita txistu-hotsen sintomak edo bronkitis akutuaren gertakari errepikariak dituztenen kasuan ere. Hainbat kausak eragin ditzakete: katarroak (hautzaroan, hori da eragilerik ohikoena), alergia, esfortzu fisikoa...

### Zer sintoma dauzka?

- Eztul gehiago egitea.
- «Txistuak» bularrean.
- Nekea (arnasa hartzeko zailtasuna).
- Opresio-sentsazioa bularrean.

### Zer egin behar da?

- Lasai jokatu.
- Haurra erdi altxatuta jarri.
- Saihestu kea, usain biziak, pinturak eta esfortzu fisikoa.
- Tratatu sintomak ahal bezain laster. Krisi-hasieran, batzuetan, eztula da sintoma bakarra. Eboluzioa hobea izango da umeak inhalagailua nekea sentitu baino lehen erabiltzen badu.
- Etxean bertan hasi medikamentuak ematen. Ez egon eztulaldia bere kabuz desagertzeko zain, eta ez itxaron geroago zentro medikora joateko asmoa duzulako.

### Nola eman tratamendua?

Tratamendua haurrak eskatzen duenean BRONKODILATADOREAK ematean datza, arnastuta. Irizpide orientagarri bezala:

#### SALBUTAMOLA GANBARA ESPAZIATZAILEAREKIN

- Lau eta sei pultsazio arteko dosiak eman, banan-banan.
- Hobera egiten ez badu, dosia berriz eman 20 minutuan behin, lehen ordubetea. Gaizki erantzuten badi osasun-arreta jaso behar du berehala.
- Ondo erantzuten badu tratamenduarekin jarraitu, dosien arteko tartea luzatuz (4 orduan behin, gutxi gorabehera). Gomendagarria da pediatrik bere balorazioa ematea 24-48 orduko epean.

Adina edozein izanda ere, erabili beti ganbera espaziatzailea inhalagailuarekin, maskarekin edo ahokoarekin, eta ez aplikatu inoiz ahora zuzenean.

Haur zaharragoen kasuan, ganbera espaziatzailea duen salbutamolaren ordeztu haustu lehorreko TURBUHALER inhalagailuak erabil daitezke (1-2 inhalazio).

### Noiz kontsultatu?

Pediatriarekin hitz egin behar da arnasa hartzeko zailtasunaren edozein gertakariaren aurrean.

Honako sintoma hauek larritasuna adieraz dezake; hortaz, osasun-arreta eskatu behar da hauetakoren bat gertatuz gero:

- Arnasa hartzeko zailtasunak okerrera egitea: arnasterakoan saihestek edo saihests-hezurrak barrura sartzea nabarmen, abdomena asko mugitzea, gero eta azkarrago arnastea.
- Hitz egiteko zailtasunak izatea.
- Kolore txarra izatea, ezpainak urdintzea.
- Gehiegi lokartzea edo asaldatzea.
- Medikamentua eman eta gero ez du hobera egiten edo okerrera egiten du.
- Inhalazioak maizegi behar baditu (bi orduan behin edo maizago).



## INHALAGAILUA (SABUTAMOLA) GANBARAREKIN (MASKARA/AHOKOA)

### ADMINISTRATZEKO TEKNIKA:

1. Haurra ondo heldu, kendu inhalagailuaren tapoia eta eragin posizio bertikalean.
2. Inhalagailua ganbarari lotu.
3. Jarri maskara, estuturik, haurraren ahoaren eta sudurraren inguruan. Ahokoa bakarrik erabiliz gero (oro har, 3-4 urtetik aurrera), ahoan jarri, eta esan umeari ezpainak ondo estutzeko.
4. Inhalagailua sakatu, behin bakarrik, ganbarari horizontalean eutsiz.
5. Ganbara eta maskara/ahokoaren posizioari eutsi haurrak bost arnasaldi normal egiten dituen bitartean (ikus balbularen mugimendua), edo itxaron 10 segundoz.
6. Dosi gehiago behar baditu, eragin berriz inhalagailuari eta errepikatu prozedura guztia, dosi artean 30-60 segundo utziz.
7. Kendu inhalagailua ganbaratik eta tapoia jarri.
8. Garbitu urarekin ahoa eta maskarak estali duen aurpegiaren zatia.



Kendu estalkia  
Inhalagailuari eta  
eragin



Ganbararekin lotu



Maskarari tinko eutsi  
eta inhalagailua  
sakatu, behin  
bakarrik



Piezak elkartu



Estalkia kendu  
eta eragin



Inhalagailua  
lotu



Birikak hustu



Ganbara eta  
inhalagailua jarrita  
eduki arnosten duen  
bitartean (behatu  
balbula)



Kendu inhalagailua  
eta estalkia jarri



Garbitu ahoa eta  
maskarekin  
kontaktuan egon  
den aurpegiaren  
zatia



Ahokoa ahoan  
jarri eta behin  
sakatu



Poliki eta  
sakon arnastu



Arnasari eutsi



Ahoa  
urarekin  
garbitu

**TURBUHALER SISTEMA (TERBUTALINA)****ADMINISTRATZEKO TEKNIKA:**

1. Estalkia kendu eta inhalagailua bertikalean eutsi, biragailua beherantz utziz.
2. Dosia kargatu, inhalagailua posizio bertikalean mantenduz; biragailua eskuinera biratu aurrena (topera iritsi arte) eta gero ezkerrera, klik bat entzun arte. Une horretan, dosia prest dago.
3. Birikak hustu, inhalagailua ahotik urrun dagoelarik.
4. Ahokoa ezpain artean jarri, inhalagailua biragailutik eutsiz eta inhalagailuaren zuloak estali gabe; arnasa sakon hartu segundo batzuez.
5. Atera inhalagailua ahotik, eutsi arnasari 10 bat segundoz eta gero haizea bota poliki-poliki.
6. Beste dosi bat behar baduzu, errepikatu urrats guztiak 2. puntutik aurrera, dosien artean 30-60 segundoko tartea utziz.
7. Amaitzerakoan, ahora urarekin garbitu, inhalagailuari estalkia harri eta gorde leku lehor batean.



Estalkia kendu



Dosia kargatu



Birikak hustu



Sakon arnastu



Arnasari eutsi



Ahoa urarekin garbitu

Irudien kredituak: Patxi Velasco Fano eta Alfonso Lora Espinosa. <http://www.aepap.org>

[www.respirar.org](http://www.respirar.org) webgunetik ateratako testu aldatua