

# Begeleidings- gesprekken goed gebruik van geneesmiddelen



## Beter leven met astma... ... uw apotheker kan u helpen

U heeft last van astma en uw arts heeft u een geneesmiddel voorgeschreven dat u elke dag moet inhaleren? Uw apotheker kan u een gepersonaliseerde begeleiding voorstellen die u zal helpen om elke dag goed met astma om te gaan. Deze begeleiding omvat twee gesprekken van een twintigtal minuten en wordt volledig terugbetaald.



*Hebben mijn geneesmiddelen tegen astma bijwerkingen?  
Ik voel geen enkel effect na de inname van mijn geneesmiddel: werkt het wel?  
Ik heb geen symptomen meer: moet ik mijn geneesmiddel nog verder  
blijven innemen?  
Ik heb vaak een hese stem na inhalatie: is dat normaal?  
Hoelang moet ik mijn geneesmiddelen innemen?  
Wat moet ik doen als ik vergeten ben mijn geneesmiddel in te nemen?  
Moet ik de inname van sommige andere geneesmiddelen vermijden?  
Wanneer moet ik mijn arts of apotheker raadplegen?  
Mag ik aan sport doen?*

**Zit u ook met vragen over astma of de door uw arts voorgestelde behandeling?  
Spreek erover met uw apotheker. Hij kan u helpen!**

Omgaan met astma is geen makkelijke opdracht. Wil uw behandeling doeltreffend zijn, dan is het belangrijk uw ziekte goed te kennen en het door uw arts voorgeschreven inhalatietoestel correct te gebruiken. Tijdens de gesprekken overloopt de apotheker met u eventuele moeilijkheden die u hebt met uw behandeling en stelt u aangepaste oplossingen voor. Hij antwoordt in alle vertrouwen op alle vragen die u heeft over uw geneesmiddel en over astma. Ook al kan u goed leven met astma, ook al hebt u geen specifieke vraag, toch kan uw apotheker u nuttige informatie geven voor een veilig en doeltreffend gebruik van uw geneesmiddelen. Het doel: uw levenskwaliteit verbeteren!



De begeleiding van uw apotheker vult de raadpleging van uw arts aan. De behandeling van astma moet regelmatig medisch opgevolgd worden.

# Heeft u last van uw astma? Doe de astma controletest\*

De astma controletest (ACT) is een eenvoudige test om te bepalen of uw astma goed onder controle is. Het geeft je een idee over de impact van de gevolgen van astma op je dagelijkse leven. Beantwoord de vragen zo eerlijk mogelijk en bespreek het resultaat met uw apotheker. Het is nuttig de test regelmatig te herhalen.

**1<sup>ste</sup> stap:** Omcirkel uw score voor elke vraag en schrijf het nummer in het vakje rechts.

**Hoe vaak in de afgelopen 4 weken heeft u door uw astma op het werk, op school/de universiteit of thuis minder kunnen doen dan normaal?**

De hele tijd	Meestal	Soms	Zelden	Nooit	Score
1	2	3	4	5	

**Hoe vaak in de afgelopen 4 weken bent u kortademig geweest?**

Meer dan eenmaal per dag	Eenmaal per dag	3 tot 6 keer per week	Een- of tweemaal per week	Helemaal niet	Score
1	2	3	4	5	

**Hoe vaak in de afgelopen 4 weken bent u 's nachts of 's morgens vroeger dan gewoonlijk wakker geworden door uw astmklachten (piepen, hoesten, kortademigheid, een beklemmend gevoel of pijn op de borst)?**

4 nachten of meer per week	2 tot 3 nachten per week	Eenmaal per week	Een- of tweemaal	Helemaal niet	Score
1	2	3	4	5	

**Hoe vaak in de afgelopen 4 weken heeft u uw inhalator (pufjes) met snelwerkende medicatie gebruikt?**

3 keer of meer per dag	1 tot 2 keer per dag	2 of 3 keer per week	Eenmaal per week of minder	Helemaal niet	Score
1	2	3	4	5	

**Hoe beoordeelt u de mate waarin u gedurende de afgelopen 4 weken uw astma onder controle had?**

Helemaal niet onder controle	Slecht onder controle	Enigszins onder controle	Goed onder controle	Volledig onder controle	Score
1	2	3	4	5	

**2<sup>de</sup> stap:** Tel uw punten op om je totale score te bepalen.

Indien uw score lager is dan 20 zou het kunnen dat uw astma niet gecontroleerd is.

**Totaal**

\*© 2002 by QualityMetric Incorporated. Asthma Control Test is a trademark of QualityMetric Incorporated.  
Test geschikt voor astmapatiënten vanaf 12 jaar.

## Op gesprek bij mijn apotheker!

Dankzij een betere kennis van uw geneesmiddel en het goed gebruik ervan kan u bijwerkingen verminderen en de doeltreffendheid van uw behandeling verbeteren. Met een goed opgevolgde behandeling kunnen de frequentie en de ernst van de klachten en crisissen worden verminderd. Op langere termijn kan het risico op complicaties worden verlaagd. Een goed gecontroleerd astma is belangrijk voor uw levenskwaliteit.

**Datum en uur gesprek:** \_\_\_\_\_



Stempel apotheek



[www.apotheek.be](http://www.apotheek.be)