

Как узнать – насколько достаточно лечение и есть ли еще резерв для улучшения состояния? Это одинаково важно как пациенту, так и врачу. Разработан специальный тест по контролю над астмой.

### Тест по контролю над астмой

В каждом вопросе выберите ответ, который Вам подходит. Постарайтесь правильно ответить на вопросы. Это поможет Вам и Вашему врачу решить, как справиться с астмой.

<b>1. Как часто за последние 4 недели астма мешала Вам выполнить <b>обычный объем работы</b> в учебном заведении, на работе или дома?</b>				
<b>все время</b> <b>1 балл</b>	<b>очень часто</b> <b>2 балла</b>	<b>иногда</b> <b>3 балла</b>	<b>редко</b> <b>4 балла</b>	<b>никогда</b> <b>5 баллов</b>
<b>2. Как часто за последние 4 недели Вы отмечали у себя <b>затрудненное дыхание</b>?</b>				
<b>чаще, чем</b> <b>1 раз в день</b> <b>1</b>	<b>раз в день</b> <b>2</b>	<b>от 3-6 раз в</b> <b>неделю</b> <b>3</b>	<b>1 или 2 раза в</b> <b>неделю</b> <b>4</b>	<b>ни разу</b> <b>5</b>
<b>3. Как часто за последние 4 недели Вы <b>просыпались ночью</b> или раньше, чем обычно, из-за симптомов астмы (свистящего дыхания, кашля, затрудненного дыхания, чувства стеснения в груди)?</b>				
<b>4 ночи в</b> <b>неделю или</b> <b>чаще</b> <b>1</b>	<b>2-3 ночи в</b> <b>неделю</b> <b>2</b>	<b>раз в неделю</b> <b>3</b>	<b>1 или 2 раза</b> <b>4</b>	<b>ни разу</b> <b>5</b>
<b>4. Как часто за последние 4 недели Вы <b>использовали быстроедействующий ингалятор</b> (Беротек, Беродуал, Атровент и др) или небулайзер?</b>				
<b>3 раза в день</b> <b>или чаще</b> <b>1</b>	<b>1 или 2 раза в</b> <b>день</b> <b>2</b>	<b>2 или 3 раза в</b> <b>неделю</b> <b>3</b>	<b>1 раз в неделю</b> <b>или реже</b> <b>4</b>	<b>ни разу</b> <b>5</b>
<b>5. Как Вы оценили, насколько Вам удавалось <b>контролировать</b> астму за последние 4 недели?</b>				
<b>совсем не</b> <b>удавалось</b> <b>1</b>	<b>плохо</b> <b>удавалось</b> <b>2</b>	<b>удавалось в</b> <b>некоторой</b> <b>степени</b> <b>3</b>	<b>хорошо</b> <b>удавалось</b> <b>4</b>	<b>полностью</b> <b>удавалось</b> <b>5</b>
<b>Оценка результата</b>				
<b>Результат менее 20-мимо цели!</b> <b>За последние 4 недели Вам не удалось контролировать астму. Срочно проконсультируйтесь у врача!</b>		<b>Результат от 20 до 24 - Вы у цели!</b> <b>За последние 4 недели Вы хорошо контролировали астму, но не полностью. Проконсультируйтесь у врача.</b>		<b>Результат 25 - поздравляем!</b> <b>Вы полностью контролировали астму за последние 4 недели.</b>