

DÜNYA ASTIM GÜNÜ BASIN BİLDİRİSİ

(5 MAYIS 2026)

Astım, akciğer içindeki hava yollarında mikrobik olmayan iltihaplanma sonucu gelişen, hava yolu daralmasıyla seyreden kronik bir hastalıktır. En sık görülen belirtileri; tekrarlayan nefes darlığı, hırıltı, göğüste baskı hissi ve öksürüktür. Astıma doğru tanı koyabilmek için yakınmaların sorgulanmasının yanı sıra solunum fonksiyon testleriyle hava yolu daralmasının gösterilmesi büyük önem taşımaktadır.

Dünya Sağlık Örgütü verilerine göre dünyada yaklaşık 350 milyon astım hastası bulunmakta ve her yıl 400 binden fazla kişi astıma bağlı nedenlerle hayatını kaybetmektedir. Ülkemizde ise her on çocuktan birinin Astım hastası olduğu ve bu oranın yaşla birlikte azaldığı; 2024 yılında, 1.300'den fazla ölümün bahse konu hastalık nedeniyle gerçekleştiği bilinmektedir. Dolayısıyla, önemli bir halk sağlığı sorunu olan astımın doğru tanınması, uygun tedavi edilmesi ve toplumun konu hakkında bilgi ve farkındalık düzeyinin artırılmasına yönelik çalışmalar yapılması elzemdir.

Bakanlığımız, her yıl, Dünya Astım Günü'nde Türk Toraks Derneği ve Türkiye Ulusal Allerji ve Klinik İmmünoloji Derneği ile iş birliği içerisinde gerçekleştirdiği toplum ve sağlık çalışanlarına yönelik farkındalık ve eğitim etkinlikleri ile Astım hastalığının kontrol sürecine katkı sağlamaktadır.

Bu çerçevede, Dünya Astım Günü'nün bu yılki teması "**Astım kontrolü, kortizonlu nefes açıcıların doğru kullanılması ile mümkündür**" şeklinde belirlenmiş ve eczacılar, eczane teknisyenleri, kalfaları, hemşireler, diğer sağlık çalışanları ve astım hastalarına yönelik bir dizi çevrim içi eğitim toplantılarının yapılması kararlaştırılmıştır. Düzenlenecek toplantılarda, astımın tedavisinde ve kontrolünde önemli bir yeri olan kortizonlu nefes açıcıların (inhaler) doğru kullanım teknikleri ve tedavideki kritik rolleri hakkında güncel bilimsel bilgilerin paylaşılması hedeflenmektedir.

Astım tedavisinde temel ilkeler

Astım tedavisinin temel amaçları; yakınmaları kontrol altına almak, atakları önlemek ve hastaların, günlük aktivitelerini kısıtlılık yaşamadan sürdürebilmelerini sağlamaktır. Bunun için yalnızca ilaç başlanması yeterli olmayıp nefes açıcı ilaçların doğru teknikle ve düzenli kullanılması, astımı tetikleyen etkenlerden uzak durulması ve eşlik eden hastalıkların uygun şekilde tedavi edilmesi gerekmektedir. Böylelikle hasta bireylerin çoğu iş, okul ve sosyal yaşamına normal şekilde devam edebilmektedir.

Güncel rehberler, özellikle 12 yaş ve üzerindeki hastalarda yalnızca geçici rahatlama sağlayan ve kortizon içermeyen nefes açıcı ilaçların tek başına kullanılmasını **önermemektedir**. Çünkü bu ilaçlar, geçici rahatlama sağlarken hastalığın temelindeki hava yolu iltihabını tedavi etmez. Bu nedenle tedavinin temelini **kortizon içeren inhaler ilaçlar** oluşturur.

Bu ilaçların inhalasyon (nefes alma) yoluyla alınarak doğrudan hava yollarına ulaşmaları, daha düşük dozlarla etkili olmalarını ve yan etki risklerinin azalmasını sağlamaktadır. Cihazların yanlış teknikle kullanılması halinde ilaç, akciğerlere yeteri kadar ulaşamaz ve beklenen yararı sağlayamaz.

Bunun önüne geçilebilmesi için sağlık kontrollerinde hastaların inhaler kullanım tekniğinin düzenli olarak gözden geçirilmesi ve gerektiğinde yeniden eğitim verilmesi çok önemlidir. Bilinmesi gereken hususlardan biri de kortizon içeren inhalerlerin kullanımı sonrasında ağız ve boğazın su ile çalkalanmasıdır.

Astım kontrolü ve izlem

Astım kontrolü; gündüz ve gece yakınmalarının olmaması, kurtarıcı ilaç gereksiniminin azalması, günlük aktivitelerin rahat yapılabilmesi ve astım atağı yaşanmaması anlamına gelir. Astım kontrolünü bozan başlıca nedenler arasında ilaçların düzensiz kullanılması, yanlış inhaler tekniği, solunum yolu enfeksiyonları, alerjenler, sigara dumanı ve çeşitli kimyasal maruziyetler yer alır. Buna karşılık sigaradan uzak durmak, düzenli egzersiz yapmak, sağlıklı beslenmek, obezite varsa kilo vermek ve yaşanılan ortam havasını temiz tutmak astım kontrolünü destekleyen önemli adımlardır.

Astımda Eğitimin Önemi

Astım yönetiminde eğitim, en az ilaç tedavisi kadar önemlidir. Hastaların; astımın ne olduğu, belirtileri, hangi durumların hastalığı kötüleştirdiği, atak sırasında ne yapılması gerektiği, kullandıkları ilaçların ne işe yaradığı ve nasıl uygulanacağı konusunda bilgi sahibi olmaları gereklilik arz eden hususlardır.

Bu vesileyle, Mayıs ayı itibariyle aile hekimlerimizin, birimlerine kayıtlı astım hastalarını, Hastalık Yönetim Platformu üzerinden klinik kılavuzlara uygun olarak izleyecekleri bilgisini paylaşıyor; tüm sağlık çalışanlarımızı ve hastalarımızı eğitim faaliyetlerimize katılmaya, doğru ve güncel eğitim materyaline ilgili kurum ve derneklerin web sayfaları üzerinden ulaşmaya davet ediyoruz.

<https://hsgm.saglik.gov.tr/tr/dokumanlar-kronikhastaliklar.html>