

Asma week. Settimana per il controllo dell'asma e delle sue conseguenze psicologiche



Dr. Adelia Lucattini

32% attività
20% attualità
16% socialità



CHE COS'È L'ASMA?

È una sindrome caratterizzata da difficoltà respiratoria, in genere accessuale, dovuta a contrazione spastica, involontaria parossistica e reversibile, della muscolatura dei bronchi (asma bronchiale).

Può essere causato da un'allergia (asma allergico) o da un'insufficienza cardiaca (asma cardiaco).

L'asma è una malattia infiammatoria cronica caratterizzata da ostruzione generalmente reversibile delle vie aeree inferiori spesso in seguito a sensibilizzazione da parte di allergeni. Talvolta però l'ostruzione bronchiale può essere irreversibile e ridurre la capacità respiratoria.

COME SI MANIFESTA

L'asma di manifesta con tosse insistente, sensazione di peso al torace e sibili durante la respirazione.

È stato stimato che l'asma in Italia colpisca circa tre milioni di persone.

Oggi esistono terapie efficaci, rimangono ancora però gli effetti dell'asma sulla qualità della vita.

La malattia asmatica influenza infatti il lavoro, la scuola, lo studio e le attività quotidiane, per le caratteristiche della malattia in sé e per gli effetti collaterali dei farmaci, di uso quotidiano e continuativo o per l'emergenza, i farmaci "salvavita".

Ancora più critica è la situazione per chi trascura il proprio stato di salute arrivando a perdere progressivamente capacità polmonare ovvero la superficie del polmone che attraverso la respirazione permette l'ossigenazione del sangue e dei tessuti di tutto l'organismo.

PERICOLOSITÀ SOTTOVALUTATA

Una recente indagine ha evidenziato come soltanto il 32% dei pazienti rispetti la terapia farmacologica, mentre il 56% usa i farmaci solo quando ha un attacco e il 12% non segue alcuna terapia.

È significativo che l'adesione alla terapia, cioè la precisione con cui vengono seguite le prescrizioni dello specialista, da parte dei pazienti non è proporzionale alla gravità dell'asma.

LA DIFFICOLTÀ AD ACCETTARE UNA MALATTIA CRONICA

Tutti coloro che hanno necessità di convivere con una malattia cronica, hanno necessità di un "educazione" e "addestramento" specifici ovvero d'imparare a conoscere la propria malattia, a conviverci, a vincere la paura, a controllare la reattività, a modulare e sciogliere la sensazione d'ingiustizia e impotenza che una malattia cronica induce.

Le domande che inizialmente sorgono spontanee con tempo e con l'aiuto del proprio analista troveranno risposte o una ridefinizione interna.

Per molto tempo potranno accompagnare la vita e i pensieri ma col tempo ed un lavoro psicologico mirato, potranno trovare una giusta collocazione e appropriate risposte.

Perché proprio a me? Perché non guarisco? Perché devo prendere i farmaci ogni giorno? Perché non posso fare quello che fanno i miei amici o i compagni di scuola?

Queste domande tormentano i ragazzi asmatici, poiché l'asma toglie il fiato, dà crisi di soffocamento notturne, fa vivere un sensazione morte imminente

Accettarla passa attraverso un "calvario" per la mente dei bambini e degli adolescenti che con l'aiuto dei genitori imparano ad usare i farmaci per le emergenze, a scuola, a sport, in gita, a casa di un amico, ad una festa.

Spesso i bambini e gli adolescenti sono gli unici a sapere davvero, quando sono senza i genitori, che farmaci prendere, quando e a quale dosaggio

Questo implica uno sforzo continuo di "autopercezione" corporea e attenzione psichica, cosciente e inconscia, automatica e istintiva, a quanto accade al proprio corpo e alle reazioni della propria mente.

AFFATICAMENTO, DISTRAZIONE, STANCHEZZA

La conseguenza è un affaticamento mentale e fisico, una dispersione d'attenzione per caduta della concentrazione e un'affaticabilità maggiore, cioè un miglior rendimento per tempi brevi e una diminuzione di rendimento per prestazioni più lunghe, ben recuperabili con delle pause programmate.

ASMA, ANSIA E DEPRESSIONE

Spesso i bambini asmatici sono ansiosi e gli adolescenti depressi, due facce della stessa medaglia in età diverse.

Anche i genitori sono dapprima preoccupati e poi ipervigili, scrutano i figli per intercettare i sintomi o fuggire la paura di perdere il proprio bambino.

Per un genitore la crisi asmatica acuta del proprio bambino è un'esperienza terrorizzante.

Con tempo anche i genitori apprendono che cosa fare, come e quando intervenire, si tranquillizzano e aiutano i loro figli a tranquillizzarsi.

LA VITA QUOTIDIANA DI UN BAMBINO ASMATICO

L'asma allergico grave e cronico richiede al bambino uno stile di vita pieno di sacrifici.

Se l'allergia è ad acari, piante e pelo animale, non potranno avere peluche e quelli concessi dovranno essere lavati frequentemente, non possono avere animali domestici, fiori freschi, le librerie dovranno essere chiuse da vetri, indossare e vivere in un ambiente anallergico e con presidi antiacaro.

Se andranno in vacanza dovranno monitorare insieme ai genitori se piccoli da soli se adolescenti, se ci siano tendaggi o moquette, evitare certe zone durante la fioritura, accertarsi della presenza di animali a cui sono provatamente allergici.

Quando si recano a casa di amici per compiti o feste, dovranno sincerarsi della presenza di animali domestici o fioriture di piante e alberi.

D'estate l'esposizione al sole dovrà essere controllata poiché i cortisonici sono fotosensibilizzanti e possono causare follicoliti (brufoli) anche purulente su tutto il corpo che poi richiedono un trattamento specifico su indicazione del dermatologo.

E A SCUOLA?

A scuola avranno le difficoltà di tutti e le capacità proprie salvo per gli effetti collaterali dei farmaci, sonnolenza (antistaminici), rallentamento (stabilizzatori di membrana), agitazione (cortisonici).

Una parte di questi disturbi col tempo passeranno, altri rimarranno, dipenderà anche dalla sensibilità personale e dalla necessità di modificare il dosaggio ed i farmaci nei periodi in cui si verifichino delle momentanee riacutizzazioni, ad es. in primavera.

La Legge sui 170/2010 sui B.E.S. prevede che, dietro certificazione medica, possano essere predisposti P.D.P. specifici, temporanei o annuali, per aiutare gli alunni e gli studenti ad ottimizzare le prestazioni ed il rendimento scolastico, massimizzando l'impegno e lo studio a casa.

Chi è l'autore



Dr. Adelia Lucattini

32% attività
20% attualità
16% socialità

Dr. Adelia Lucattini. Psichiatra Psicoterapeuta. Psicoanalista Ordinario SPI-IPA. Esperta in bambini e adolescenti. Depressione-Disturbi dell'umore.

Vai all'articolo:

<http://www.medicitalia.it/news/psichiatria/7104-asma-week-settimana-controllo-conseguenze-psicologiche.html>