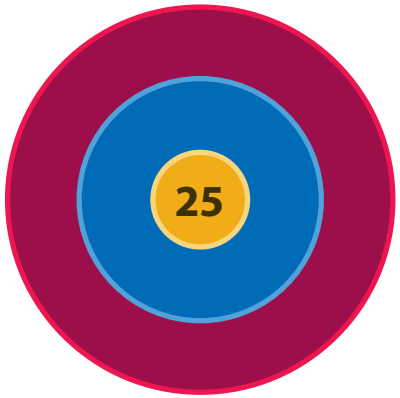
Ismerje meg asztma pontszámát! – Célozza meg a legjobbat!



Összpontszám: 25 – Gratulálunk!

Asztmája **TELJES KONTROLL** alatt van.
Ön tünetmentes és nem kell betegsége miatt semmiről lemondania.
Ha ebben változás lépne fel, feltétlenül keresse fel orvosát!

Összpontszám: 20-24 – Jó úton a cél felé

Válaszai alapján Ön **JÓL** van, de nem **TELJESEN** tünetmentes. Orvosa segítségével tovább javíthatja állapotát, és akár a **TELJES** tünetmentességet, tehát a **TELJES KONTROLLT** is elérheti.

Összpontszám: 20 alatt – Távol a céltól

Válaszai alapján Ön rosszul érzi magát, asztmája **NEM KONTROLLÁLT**.
Orvosa tanácsait követve javíthat betegsége kontrollszintjén.



GlaxoSmithKline

MOM Park, Gesztenyés Torony, 1124 Budapest, Csörsz utca 43.
Tel.: 225-5300, fax: 225-5302

Az Asthma Control Test™ a QualityMetric Incorporated bejegyzett védjegye. © 2002.

Asthma Control Test™

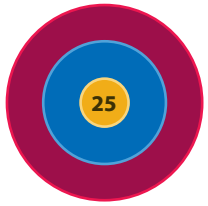
Asztma Kontroll Teszt



Ismerje meg asztma pontszámát! – Célozza meg a legjobbat!

Asthma Control Test™

Asztma Kontroll Teszt



Ismerje meg asztma pontszámát! – Célozza meg a legjobbat!

1. lépés: Karikázza be minden kérdésnél az Önre leginkább jellemző válasz pontszámát, és írja be azt a sor végén található négyzetbe. Ne feledje, minél őszintébb válaszaival, annál reálisabban tudja orvosa felmérni asztmája állapotát!

Az alábbi teszt segítségével felmérhető a 12 év feletti asztmás betegek esetében, milyen mértékben kontrollált a betegségük.

Kérjük, minden kérdésnél karikázza be az Önre leginkább jellemző pontértéket! A teszt összesen ÖT kérdésből áll.

Számolja ki az egyes válaszokért járó pontszámok összeadásával az Ön asztma pontszámát! Kérjük, eredményét beszélje meg orvosával!

A **túloldalon** található szöveges értékelés segítséget nyújt összpontszáma értelmezéséhez.

		PONTSZÁM
1. kérdés:	Az **elmúlt 4 hétben** milyen gyakran korlátozta asztmája a munkahelyi, iskolai vagy otthoni feladatai elvégzésében?	
	Folyamatosan 1 | Gyakran 2 | Néha 3 | Ritkán 4 | Soha 5	
2. kérdés:	Az **elmúlt 4 hétben** milyen gyakran érzett asztmája miatt nehézséget levegővételkor?	
	Naponta többször 1 | Naponta egyszer 2 | Heti 3-6 alkalommal 3 | Heti 1-2 alkalommal 4 | Egyszer sem 5	
3. kérdés:	Az **elmúlt 4 hétben** hány alkalommal ébredt fel éjszaka vagy szokásos reggeli ébredési időpontjánál korábban asztmás tünetei miatt (sípolás, köhögés, nehézlégzés, szorító érzés vagy fájdalom a mellkasban)?	
	Hetente legalább 4 éjszaka 1 | Hetente 2-3 éjszaka 2 | Heti egy alkalommal 3 | 1-2 alkalommal 4 | Egyszer sem 5	
4. kérdés:	Az **elmúlt 4 hétben** milyen gyakran használta rohamoldó hörgőtágító gyógyszerét (pl. szürke pipa)?	
	Naponta legalább 3 alkalommal 1 | Napi 1-2 alkalommal 2 | Heti 2-3 alkalommal 3 | Heti 1 alkalommal vagy ritkábban 4 | Egyszer sem 5	
5. kérdés:	Összességében hogyan értékeli asztmás állapotát az **elmúlt 4 hétben**?	
	Egyáltalán nem kontrollált 1 | Rosszul kontrollált 2 | Részben kontrollált 3 | Jól kontrollált 4 | Tökéletesen kontrollált 5	

2. lépés: Számolja ki összpontszámát pontszámai összeadásával!

3. lépés: A **túloldalon** található szöveges értékelés segítségével értelmezze összpontszáma jelentését!

ÖSSZPONTSZÁM

Ismerje meg asztma pontszámát! – Célozza meg a legjobbat!