



רוקחים שואפים ליותר

שיפור השליטה על אסתמה באמצעות הדרכה רוקחית

גב' מרח ג'ונדירה¹, גב' נעמה בדיר עיסא², גב' לובנא סמארה טהר³, גב' נעמה שרעבי³ וד"ר קובי כהן⁴
¹רוקחת, ²רוקחת ומנהלת בית מרקחת, ³רוקחת מחוזית, ⁴רוקח קליני ומנהל הרוקחות הקלינית
 מחוז דן-פתח תקוה, שירותי בריאות כללית

רקע:

אסתמה היא מחלה כרונית של דרכי הנשימה, המאופיינת בתסמינים והתלקחויות המובילים לפגיעה בתפקוד ובאיכות החיים. טיפול באמצעות משאפים המכילים קורטיקוסטרואידים לצד מרחיבי סמפונות הוא חלק מרכזי בטיפול, אך השימוש במשאפים אינו מיטבי. שימוש לא נכון במשאף עלול לפגוע במידת השליטה והאיזון המחלה.

הגדרת הבעיה:

למרות שקיים טיפול יעיל באסתמה, מטופלים אינם נמצאים בשליטה על התסמינים ואינם משתמשים במשאפים בצורה נכונה.

מדדים ויעדים:

שאלון השליטה באסתמה (Asthma Control Test) ACT הוא כלי מדיד שמטרתו לבחון את מידת השליטה על האסתמה ולעקוב אחריה לאורך זמן. השאלון זמין בשפה העברית ונותן ציון מספרי בין 5 ל-25 ומדרג את המטופלים בשלוש קטגוריות: אסתמה בשליטה טובה (ציון 20-25), אסתמה בשליטה לא מיטבית (ציון 16-19) ואסתמה בשליטה מועטה ביותר (ציון 5-15). במטופלים עם אסתמה נצפה לשיפור בציון השליטה לאורך זמן. הדרכה רוקחית עשויה לקדם שימוש נכון במשאפים ולתרום לשיפור בציון השליטה באסתמה.

תיאור מצב קיים וחקר גורמים לבעיה:

מחקרים מצביעים על מטופלים עם אסתמה שאינה בשליטה טובה, מכמה סיבות ובהן שימוש לא נכון במשאף, העדר שימוש במשאפים למניעה וחוסר הענות לטיפול.

תוכנית התערבות:

בעבודת איכות בבתי מרקחת בקהילה, מטופלים מגיל 18 ומעלה עם אבחנה של אסתמה, זומנו להדרכה רוקחית. הרוקחים בדקו את טכניקת השימוש במשאפים, הדריכו על שימוש נכון, הסבירו על חשיבות המשאף למניעה וביקשו מהמטופלים למלא שאלון ACT. מטופלים שהאסתמה שלהם לא היתה בשליטה טובה לפי השאלון, זומנו להדרכה חוזרת לאחר 6 שבועות.

תוצאות:

34 מטופלים בעלי אבחנה של אסתמה קיבלו הדרכה רוקחית. גילם הממוצע היה 61.9 שנים (טווח 20-83), מתוכם 24 (70%) נשים. 14 מטופלים שהיו עם שליטה בינונית או מועטה ביותר לפי שאלון ACT חזרו להדרכה שניה. בעת ההדרכה הראשונה, 11 מהם היו עם שליטה מועטה ביותר ו-3 בשליטה בינונית. בעקבות ההדרכה, 12 מטופלים מתוך 14, שיפרו את השליטה שלהם: 2 מטופלים נשארו בשליטה מועטה ביותר, 8 השתפרו משליטה מועטה ביותר לשליטה לא מיטבית ו-4 נמצאו בשליטה טובה. בעקבות ההדרכה והמעקב, היתה עליה ממוצעת של 4.2 נקודות לשיפור השליטה באסתמה לפי השאלון.

מסקנות:

הדרכה רוקחית מותאמת אישית למטופלים עם אסתמה, משפרת את השימוש במשאפים ומובילה לשליטה טובה יותר במחלה. מומלץ לשלב הדרכה רוקחית כחלק מהטיפול במטופלים עם אסתמה במרפאות בקהילה.