

Глава 11 Пикфлоуметрия

*Какая это скучная болезнь –
оберегать свое здоровье
чересчур строгим режимом!*
Ларошфуко

Контроль важен везде. Самый лучший – самоконтроль. Особенно, когда мотивация. Которая не на словах.

О мотивации при бронхиальной астме (БА) говорить не надо. Есть она. Значит, с самоконтролем должно быть все в порядке.

Самоконтроль – это когда по «БА» с пикфлоуметром.

Доктор, ваш пациент с пикфлоуметром?

Если да, отлично. Если нет, поправить не поздно. Никогда.

Пикфлоуметр – индивидуальный прибор для измерения пиковой объемной скорости выдоха (ПОС). Используется для контроля терапии БА. Его преимущества состоят в возможностях самостоятельного контроля и своевременной коррекции терапии, а также простота использования и оценки результатов.

Недостатки пикфлоуметра состоят в оценке ПОС в относительных величинах и необходимости калибровки нового прибора пациентом в период ремиссии (за 100 % принимается наилучшее ПОС).

Правила использования пикфлоуметра:

- два раза в день (утром и вечером),
- до приема бронходилататоров,
- в положении стоя,
- после максимального вдоха резкий, быстрый выдох через мундштук прибора,

- учитываются наилучшие показатели из трех последовательных ПОС,

Правила оценки показаний пикфлоуметра:

- суточные колебания менее 20 % – хороший контроль БА,
- суточные колебания более 20 % – начинающееся обострение, неадекватная базисная терапия.

Пикфлоуметр покупается один раз на много лет. И это хороший повод, чтобы прямо вот с этой строки нашей книги каждому пациенту с БА рекомендовать иметь его в своей собственности как одно из привычных средств личной гигиены.