



**روز جهانی آسم (۱۵ اردیبهشت ۱۴۰۰ / ۵ می ۲۰۲۱)** توسط گروه همکاری های بین المللی آسم (GINA) برگزار می شود. این گروه بعنوان همکار سازمان بهداشت جهانی در سال ۱۹۹۳ پایه گذاری شده است. مراسم روز جهانی آسم در اردیبهشت ماه هر سال به منظور افزایش آگاهی درباره آسم در همه جهان اجرا می شود.

بر اساس گزارشات سازمان بهداشت جهانی، بیماری آسم اهمیت به سزایی در سلامت عمومی دارد و تخمین زده می شود که بیش از ۳۳۹ میلیون نفر در دنیا مبتلا به آسم هستند. در سال ۲۰۱۶ در سطح بین المللی تعداد مرگ ناشی از آسم بالغ بر ۴۱۷۹۱۸ نفر بوده است.

اگرچه آسم قابل درمان قطعی نمی باشد ولی می توان با مدیریت درست بیماری از حملات آسم و شعله ور شدن آن پیشگیری کرد و احتمال بروز آنها را کاهش داد.

شعار امسال روز جهانی آسم "**شناخت باورهای نادرست درباره آسم**" است.

با این رویکرد نیازمند اقداماتی هستیم که باورهای درست و نادرست درباره آسم برای بیماران و جامعه عمومی روشن تر شود تا بیماران مبتلا به آسم بهترین بهره را از پیشرفت های عمده مدیریت و درمان این بیماری داشته باشند.

#### **باورهای نادرست شایع درباره آسم عبارتند از:**

- ۱ - آسم یک بیماری دوران کودکی است که با افزایش سن خود به خود بهبود می یابد.
- ۲ - آسم یک بیماری عفونی است.
- ۳ - مبتلایان به آسم نباید ورزش کنند.
- ۴ - آسم فقط با دوز (مقدار) زیاد داروهای کورتونی قابل کنترل است.

#### **حقایق و باورهای درست درباره آسم عبارتند از:**

- ۱ - آسم در هر سنی ممکن است دیده شود (کودکی، نوجوانی، بزرگسالی و سالخوردگی)
  - ۲ - آسم یک بیماری عفونی نیست.
- ولی عفونت های ویروسی تنفسی (همچون سرماخوردگی و آنفلوانزا) می توانند زمینه ساز حمله آسم شوند
- یا
- در کودکان آسم اغلب با آلرژی همراه است، ولی وقتی آسم در بزرگسالی شروع می شود احتمال آلرژیک بودن آن کمتر است.
- ۳ - هنگامی که آسم به خوبی کنترل است، افراد مبتلا به آسم می توانند ورزش کنند و حتی می توانند ورزش حرفه ای و قهرمانی انجام دهند.
  - ۴ - در بیشتر اوقات آسم با دوز (مقدار) اندک داروهای استروئیدی (کورتونی) استنشاقی قابل کنترل است.