

Informações ao paciente da BMJ

Última publicação: Sep 14, 2022

Como eu posso saber quando minha asma está fora de controle?

Você deve consultar seu médico se qualquer uma das situações a seguir estiver ocorrendo com você:

- Você está acordando à noite mais do que o normal com sintomas de asma. Esses sintomas podem incluir tosse
- O inalador que você usa para tratar seus sintomas rapidamente (seu analgésico) não ajuda sua respiração por muito tempo ou não ajuda em nada, ou você o está usando com mais frequência
- Você não consegue expirar a quantidade de ar que normalmente expiraria, conforme indicado por um medidor de PEFr (PEFR é a abreviação de taxa de fluxo expiratório máximo). Os médicos às vezes recomendam que as pessoas usem esses medidores em casa para verificar regularmente a respiração.

Você deve procurar tratamento de emergência se:

- É difícil falar por causa de sua asma
- Seu nariz se abre muito quando você respira
- Sua pele é puxada para dentro ao redor das costelas e do pescoço quando você respira
- Seu batimento cardíaco ou pulso está muito rápido
- Você está achando difícil andar
- Seus lábios ou unhas ficam cinzas ou azuis.

Pelo menos uma vez por ano, seu médico ou um enfermeiro com treinamento especial em asma deve verificar se a asma está bem controlada. Eles podem fazer perguntas sobre seus sintomas, como:

- Você tem tido dificuldade para dormir por causa dos sintomas da asma (incluindo tosse)?
- Você teve seus sintomas habituais durante o dia (tosse, chiado, aperto no peito ou falta de ar)?

Como eu posso saber quando minha asma está fora de controle?

- Sua asma o impediu de fazer alguma coisa (como seu trabalho ou tarefas domésticas)?

Dependendo de suas respostas, eles podem sugerir que você mude seu tratamento. Eles também podem fazer testes para medir sua função pulmonar.

Se a sua função pulmonar estiver ruim ou se os seus sintomas estiverem piorando, pode ser necessário aumentar a dose do medicamento ou adicionar mais medicamentos ao seu tratamento. Isso é chamado de "**stepping up**".

Mas se a asma estiver sob controle, talvez seja possível reduzir os medicamentos. Isso se chama **renúncia**.

Informações do paciente da *BMJ Best Practice* de onde esta ficha é derivada e atualizada regularmente. A versão mais recente do Best Practice pode ser encontrada em bestpractice.bmj.com. Esta informação destina-se a uso por profissionais de saúde. Ela não substitui orientações médicas. É fortemente recomendado que você verifique, de maneira independente, as informações contidas neste material e, caso você tenha algum problema de saúde, consulte seu médico.

Consulte os termos de uso completos da BMJ em: bmj.com/company/legal-information. A BMJ não faz nenhuma declaração, condição, justificativa ou garantia, de maneira expressa ou implícita, de que este material é preciso, completo, atualizado ou adequado para quaisquer fins específicos.

© BMJ Publishing Group Ltd 2025. Todos os direitos reservados.

