

EGZERSİZE BAĞLI ASTİM VE SPORCULARIN BU KÖNUDA EĞİTİLMESİ

EXERCISE INDUCED ASTHMA AND ATHLETES COUNSELING

Banu AYÇA* - Mesut SANCAR** - Fikret Vehbi İZZETTİN**

SUMMARY

Exercise induced asthma is a condition appears after long exercise. The exact cause is unknown, but the loss of heat and/or water from the lung during exercise may act as a causing factor. Spirometric tests are commonly used for diagnosing of this condition. Medications used for treatment of the athletes must be safe, not acts as doping agent and proved by International Olympic Committee. Clinical pharmacists as a therapy consultant can play an important role in selecting the drugs, education and monitoring of athletes with asthma and increase the performance of athletes.

Key Words: Asthma, exercise, doping, clinical pharmacy, athletes education

* Marmara Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Spor Sağlık Anabilim Dalı

** Marmara Üniversitesi Eczacılık Fakültesi Klinik Farmasi Bilim Dalı

ÖZET

Egzersize bağı astım; diğ er bütün astım nedenleri bulunmadığı hal- de yalnızca uzun süren egzersiz veya vücut hareketinin neden olduğu astım tablosudur. Çoğunlukla düz kasların kasılmasıyla meydana gelir. Sebebi tam olarak bilinmemekle beraber egzersiz sırasında akciğ erlerden ısı ve/veya su kaybı neticesinde meydana geldiği sanılmaktadır. Tanısı için egzersizden önce ve sonra yapılan spirometrik testler kullanılır. Tedavisinde kullanılacak antiastmatiklerin Uluslararası Olimpiyat Komitesi'nin yasakladığı ilaçlar kategorisine girmemesi lazımdır. Bu konuda hastalarla yakın ilişkileri bulunan klinik eczacılara önemli roller düşmektedir. Klinik eczacılar sporcuları egzersize bağı astım konusunda eğitebilecekleri gibi kullandıkları ilaçları da izleyerek sporcuların atletik performanslarının etkilenmemesine katkıda bulunabilirler.

Anahtar Kelimeler: Astım, egzersiz, doping, klinik farmasi, sporcuların eğitimi

GİRİŞ

Astım; solunum düz kaslarının spazmlarıyla meydana gelen, hava yollarının daralması ve mukus sekresyonunun artmasıyla karakterize, inflamasyona bağlı bir hastalıktır (1). Normal kişilerde görülebildiği gibi sporcularda da görülebilir. Astımın etiyolojisine baktığımızda atmosferik irritanları, viral solunum yolu infeksiyonlarını, soğuk havayı, allerjileri, heyecanı, stresi ve egzersizi görürüz. Bunlar dışında aspirin, beta blokörler ve sülfürdioksit gibi bazı ilaç ve kimyasal maddeler de astım krizini arttırabilirler (2).

Astımın etiyolojisinde yer alan heyecan, stres ve egzersiz sporcuların sürekli karşı karşıya oldukları faktörlerdir. Bazı sporcularda özellikle egzersizden sonra astım görülme ihtimali artmaktadır. Biz de bu yazımda egzersize bağlı astımdan, sporcularda kullanılabilecek antiastmatik ilaçlardan ve bu hastaların eğitilmesinde, halk sağlığıyla yakından ilgisi olan klinik eczacıların alabilecekleri rollerden bahsetmek istiyoruz.

EGZERSIZE BAĞLI ASTIM

Egzersize bağlı astım; diğer bütün astım nedenleri bulunmadığı halde yalnızca uzun süren egzersiz veya vücut hareketinin neden olduğu astım tablosudur (3). Optimum atletik performansı bozan, sık rastlanan ve rahatsız edici bir hastalık olan egzersize bağlı astımın kabul edilmesi ve tedavisiyle ilgili gelişmeler 1972 yılından itibaren olmuştur. 1972 yılında A.B.D.'nin yüzücülerinden Rick Demont'un idrarında efedrin bulunması ve bu nedenle altın madalyasının iptal edilmesi üzerine A.B.D. Olimpiyat Komitesi, 1984 Los Angeles olimpiyatlarına hazırlanan ve egzersize bağlı astımı olan 67 takım üyesi için bir korunma programı geliştirmiştir. Astımdan korunma yolları ve etkili ilaç kullanımı hakkında verilen öğütler sonucunda değişik dallarda 41 madalya kazanılmıştır (4).

Rupp, N.T. ve ark.(5)'nin yaşları 15 ile 30 arasında olan sporcularda yaptıkları çalışmada, egzersize bağlı astım insidansının %15'e kadar çıktığını, 12-18 yaşlar arasındaki sporcularda bu insidansın %12 olduğunu göstermişlerdir.