

Astma Kontroll Test – AKT

För vuxna (12 år eller äldre)

AKT är fem frågor som skall besvaras så ärligt som möjligt.
Viktigt att samtliga frågor besvaras.

Dagens datum.....

Personnummer.....

Namn.....

Hur man fyller i astmakontrolltest

Steg 1 Poängen för varje fråga skall ringas in och den siffran skrivs in i rutan till höger

Steg 2 Poängen läggs ihop för att ge en totalsumma.

Steg 3 Resultatet går igenom med din läkare eller sjuksköterska

Det går att få maximalt 25 poäng. Om poängsumman är **19 eller lägre** kan detta vara ett tecken på att astman inte är så välkontrollerad som den skulle kunna vara.

19 poäng
eller lägre

1. Under de senaste 4 veckorna, hur stor del av tiden har du hindrats av din astma från att utföra dina normala aktiviteter på arbetet, i skolan eller hemma?

1	2	3	4	5	Poäng
Hela tiden	En större del av tiden	En del av tiden	En mindre del av tiden	Ingen del av tiden	

2. Under de senaste 4 veckorna, hur ofta har du varit andfådd/upplevt andnöd?

1	2	3	4	5	Poäng
Mer än en gång per dag	En gång om dagen	3 till 6 gånger i veckan	En eller två gånger i veckan	Inte alls	

3. Under de senaste 4 veckorna, hur ofta har du vaknat av dina astmasymtom (väsende andning, hosta, andfåddhet/andnöd, täthetskänsla eller värk i bröstet) under natten eller tidigare än vanligt på morgonen?

1	2	3	4	5	Poäng
4 eller fler nätter i veckan	2 till 3 nätter i veckan	En gång i veckan	En eller ett par gånger	Inte alls	

4. Under de senaste 4 veckorna, hur ofta har du använt extrados av snabbverkande luftrörsvidgare (t.ex. Bricanyl®, Buventol®, Ventoline®, Oxis®, Symbicort®, Innovair®)?

1	2	3	4	5	Poäng
3 eller fler gånger per dag	1 eller 2 gånger per dag	2 eller 3 gånger per vecka	En gång i veckan eller mer sällan	Inte alls	

5. Hur skulle du bedöma din astmakontroll under de senaste 4 veckorna?

1	2	3	4	5	Poäng
Inte alls kontrollerad	Dåligt kontrollerad	Till viss del kontrollerad	Väl kontrollerad	Helt kontrollerad	

Poängsumma

