

## 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 andfädd/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 (väsande andning, hosta, andfäddhet/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