

IL QUESTIONARIO ACT (ASTHMA CONTROL TEST – TEST DI CONTROLLO DELL’ASMA),
un test somministrabile alle persone asmatiche (oltre 12 anni) per valutare se la loro Asma è sotto controllo.

| Punti 1 | punti 2 | punti 3 | Punti 4 | Punti 5 |
|---|-----------------------------|----------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 1. Nelle ultime 4 settimane, quanto spesso l’Asma ti ha impedito di fare tutto ciò che avresti fatto di solito al lavoro, a scuola/università o a casa? | | | | |
| Sempre | Molto spesso | A volte | Raramente | Mai |
| 2. Nelle ultime 4 settimane, quanto spesso hai avuto il fiato corto? | | | | |
| Più di una volta al giorno | Una volta al giorno | Da 3 a 6 volte a settimana | Una o due volte a settimana | Mai |
| 3. Nelle ultime 4 settimane, quanto spesso i sintomi dell’Asma (fischio, tosse, fiato corto, costrizione o dolore al petto) ti hanno svegliato/a di notte o più presto del solito al mattino? | | | | |
| 4 o più notti la settimana | Da 2 a 3 notti la settimana | Una volta la settimana | Una o due volte | Mai |
| 4. Nelle ultime 4 settimane, quanto spesso hai usato il farmaco di emergenza per inalazione o per aerosol (come Salbutamolo)? | | | | |
| 3 o più volte al giorno | 1 o 2 volte al giorno | 2 o 3 volte la settimana | Una volta la settimana o meno | Mai |
| 5. Nelle ultime 4 settimane, quanto credi di aver tenuto sotto controllo il tuo Asma? | | | | |
| Per niente sotto controllo | Scarsamente sotto controllo | Abbastanza sotto controllo | Ben sotto controllo | Completamente sotto controllo |

I TRE POSSIBILI CONTROLLI DELL’ASMA

- **25 punti:** nelle ultime 4 settimane l’Asma è stata pienamente sotto controllo. Non sono presenti sintomi né limitazioni legati all’Asma. Si consiglia di consultare il proprio medico e il proprio farmacista se la situazione dovesse cambiare.
- **Da 20 a 24 punti:** nelle ultime 4 settimane probabilmente l’Asma è stata sotto controllo ma non completamente. Potrebbe essere di aiuto consultare il proprio medico e il proprio farmacista per completare il controllo dell’Asma.
- **Meno di 20 punti:** nelle ultime 4 settimane probabilmente l’Asma non è stata sotto controllo. Sicuramente il proprio medico e il proprio farmacista potranno essere d’aiuto per impostare un programma di controllo dell’Asma.