Redigeret udgave af Karens ”Tråde i et liv med Astma”

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Historisk fortid | Personlig fortid | Nutid | Fremtid |
|  |  |  |  |
| Tuberkulose fra 1850erne  1.Verdenskrig 1914-1918  Den spanske syge 1918-1920  2.Verdenskrig  Penicillin fremstilles industrielt fra 1944  Polio største epidemi i DK i 1952  Epidemi i 1957  Familielæge | Astma Bronchiale, Allergi  Infektionssygdom  Underernæring  Mangelfuld skolegang  Ensomhed, Mobning  Angst  Ansvarlighed overfor egen sygdom  Hospitalsophold  Medicin  Hyposensibilisering  Astmahjem:   * Miljøsanering * Sund kost * Astmavenner * Natur * Selvstændighed * Styrke | Fysiske senfølger (måske):  Hjerteproblemer  Osteoporose  Nedsat smags- og lugtesans  Nedsat Lungefunktion  Ødelagte/sårbare slimhinder  Hovedpine  Psykiske senfølger (måske):  Post Traumer  Stres  Sociale, funktionelle, senfølger:  Erhvervsaktiv, nedsat arbejdstid  Førtidspension hel eller delvis  At blive raskere med alderen  At lære ”at leve med det” | Vores netværk kan meget.  Individuel samtaleterapi:  fortid, nutid og fremtid.  ”Sund Krammer”:   * Kost * Rygning * Alkohol * Motion   Gode råd om:  Behandling  Ernæring  At bruge hinanden  At bruge naturen |

Karen Møller Mørck Jan. 2021, Lene har redigeret.