

Kinderen met astma

Kindergeneeskunde



De werking van de luchtwegen

Bij astma is er sprake van een blijvende ontsteking van de luchtwegen. De uitleg hierover is beter te begrijpen als je weet hoe de luchtwegen werken. Je zou ze kunnen zien als een omgekeerde boom.

De lucht die we inademen gaat via de neus (meestal) of door de mond naar binnen. In de neus wordt de lucht verwarmd en bevochtigd. Trilhaartjes en slijm houden al veel stofjes uit de lucht tegen. Dan gaat de lucht via de keel en de stembanden naar de luchtpijp ("stam"). Deze vertakt zich in twee bronchiën ("grote takken"), een naar de linker- en een naar de rechterlong. De bronchiën ("kleine takken") vertakken zich in steeds nauwer wordende takjes (bronchi) en aan het uiteinde hiervan zitten de longblaasjes ("blaadjes").

In de wand van de luchtpijp, de bronchiën en de eerste vertakkingen zit kraakbeen, wat ervoor zorgt dat de doorgangen altijd open blijven. De binnenkant van de luchtwegen is bekleed met trilharen en slijmvlies. Dit zorgt ervoor dat de luchtwegen schoon blijven, doordat vuil wordt tegengehouden en afgevoerd met hoesten of doorslikken. Om de longblaasjes heen lopen kleine bloedvaatjes, die de zuurstof uit de lucht opnemen in het bloed. Het bloed vervoert de zuurstof vervolgens door het hele lichaam. Via dezelfde longblaasjes worden afvalstoffen (koolzuur), die we uitademen weer afgevoerd. Om de luchtwegen heen zitten spiertjes die tijdens hoesten samentrekken om te voorkomen dat een vreemd voorwerp (bijvoorbeeld een broodkruimel) dieper in de longen terecht komt.

Wat gebeurt er bij astma?

Astma is een chronische (blijvende/langdurige) ontsteking van de lagere luchtwegen, de longen. De ontsteking ontstaat doordat de luchtwegen van kinderen met astma heel erg prikkelbaar zijn. De luchtwegen kunnen geprikkeld raken door allergische stoffen (allergenen), zoals : huisstofmijt, huidschilfers van dieren, stuifmeel of pollen en schimmelsporen. Maar ook niet-allergische prikkels, zoals rook en bepaalde luchtjes of dampen, bepaalde weersomstandigheden en stoffen die je inneemt (pijnstillers of toevoegingen aan voedingsmiddelen) kunnen bij kinderen met astma benauwdheid veroorzaken. Lichamelijke inspanning, stress en heftige emoties, verkoudheids- en griepvirussen kunnen het lichaam ook op zo'n manier prikkelen dat een kind met astma er benauwd van wordt.

Het verschilt per kind en per dag wanneer, hoe en of iemand reageert op een bepaalde prikkel. Vaak verschillen de klachten ook nog eens per seizoen. Soms treedt binnen een half uur een reactie op de prikkels op, maar dat kan ook pas na 24 uur. Daardoor is het erg lastig te achterhalen waardoor uw kind benauwd is geworden.

Wat gebeurt er bij een aanval van benauwdheid?

- De slijmvliezen waarmee de luchtwegen zijn bekleed zwellen op.
- De spiertjes om de luchtwegen heen trekken samen en raken verkrampd.
- De slijmvliezen produceren meer slijm en vocht dan normaal.
- De doorgang voor lucht wordt daardoor kleiner dan normaal, wat de ademhaling bemoeilijkt.
- De longen raken overvol met lucht. De lucht wordt niet voldoende ververst, wat leidt tot benauwdheid.

Klachten bij astma

- Hoesten, soms met slijm
- Piepende, zagende en/of brommende ademhaling
- Benauwdheid: intrekkingen, neusvleugelen,
- Moeheid

De klachten bij een kind met astma treden vaak op in aanvallen en periodes. Vaak treedt een aanval 's nachts of 's morgens vroeg op. Ook kan er een periode optreden waarin weinig of geen klachten zijn. Ook dan blijven de luchtwegen vaak iets ontstoken, vandaar dat astma een chronische (voor altijd) aandoening is.

Waardoor wordt astma veroorzaakt?

De aanleg voor prikkelbare luchtwegen is erfelijk. Als geen van de ouders een allergische aanleg heeft, is de kans dat een kind astma krijgt 5 á 10%. Wanneer een van beide ouders astmatisch of allergisch is, is de kans 50% dat hun kind hier ook aanleg voor heeft. Wanneer beide ouders astma of allergieën hebben, is die kans zelfs 70%. Als het kind in aanraking komt met allergische prikkels, kan hij hiertegen (geleidelijk) afweerstoffen gaan ontwikkelen. Dit betekent dat een kind pas na een aantal jaren allergisch gaat reageren op bijvoorbeeld huisdieren.

Behandeling van astma

De beste behandeling van astma is het voorkómen van klachten. Binnenshuis is dit mogelijk door het huis te saneren (letterlijk: gezond maken), waardoor vooral de huisstofmijt minder kans krijgt. Hiervoor moet u de meubels, vloeren of het beddengoed aanpassen. Ook kunt u zorgen dat uw huis en auto rookvrij zijn. In gezinnen waar wordt gerookt krijgen jonge kinderen tweemaal zo vaak luchtwegproblemen als kinderen uit huizen die rookvrij zijn. Buitenshuis wordt het lastiger om prikkels te voorkomen. De longverpleegkundige kan u hier meer informatie over geven.

Naast het uit de weg gaan van prikkels, een rookvrije omgeving en voldoende bewegen/sporten, bestaat de behandeling bij astma voor een groot deel uit medicatie. Soms is dit alleen in bepaalde perioden nodig, soms dagelijks. Astma is niet te genezen, maar met de juiste medicijnen goed onder controle te houden. De meeste medicijnen die gebruikt worden bij astma zijn medicijnen om te inhaleren (in te ademen). Ze komen zo direct op de plaats waar dat het meest nodig is: in de longen. Daarvoor is het echter wél belangrijk dat het op de juiste manier in genomen wordt. Andere middelen kunnen de behandeling van astma aanvullen, zoals anti-allergiemiddelen, een jaarlijkse grieprik tegen virusinfecties en antibiotica bij een luchtweginfectie veroorzaakt door bacteriën.

Ontstekingsremmers

Ontstekingsremmende medicatie beschermt de luchtwegen tegen prikkels en gaat de ontsteking tegen. Ze voorkomen dat uw kind benauwd wordt doordat de luchtwegen minder gevoelig worden voor prikkels. Deze medicatie wordt vaak als onderhoudsdosering voorgeschreven, wat inhoudt dat de medicatie ook moet worden ingenomen als er géén klachten zijn. Er zijn twee soorten ontstekingsremmers, medicijnen om te inhaleren puffers, bijvoorbeeld Flixotide (oranje) en medicijnen om in te nemen: tabletten of drankjes, bijv. Prednison als stootkuur.

Luchtwegverwijders

Luchtwegverwijders zorgen ervoor dat de benauwdheid weggaat maar zij doen niets aan de ontsteking. Deze verwijderaars helpen bij kortademigheid doordat ze de spiertjes rondom de luchtwegen ontspannen. Daardoor krijgt uw kind meer lucht. Er zijn kortwerkende (bijv. Ventolin) en langwerkende (bijv. Serevent) luchtwegverwijders. Deze worden altijd gebruikt in combinatie met ontstekingsremmers.

- Kortwerkende luchtwegverwijders (blauwe) werken erg snel. Ze verwijderen de luchtwegen door de spiertjes om de luchtwegen te ontspannen. Binnen vijf minuten na inhaleren (inademen) neemt de benauwdheid af. De werking houdt vier tot zes uur aan. Het is ook mogelijk om het als voorzorg te gebruiken, bijvoorbeeld door voor het sporten al 2–4 pufjes te nemen.
- Langwerkende luchtwegverwijders helpen benauwdheid te voorkomen. De werking houdt ongeveer twaalf uur aan.

Tot slot

Sommige medicijnen voor andere aandoeningen dan astma, kunnen de luchtwegen vernauwen en benauwdheid veroorzaken. Meld daarom aan iedere arts die uw kind behandelt (ook een waarnemend arts en bij de apotheek), dat uw kind astma heeft. De apotheker kan ook makkelijk nakijken of een middel veilig is voor kinderen met astma. Het is daarom verstandig ook middelen die zonder recept verkrijgbaar zijn (zoals pijnstillers), bij de apotheek te halen.

Websites:

- www.longfonds.nl
- www.thuisarts.nl
- www.inhalatorgebruik.nl
- www.nederland-davos.nl



Let op: In deze folder staat informatie die belangrijk is voor u. Heeft u moeite met de Nederlandse taal? Lees deze folder dan samen met iemand die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Please note: This leaflet contains information that is important for you. If you have trouble understanding the Dutch language, you should read this leaflet together with someone who can explain the information or translate it for you.

Dikkat: Bu broşür sizin için önemli bilgiler içerir. Hollandaca okumakta zorlanıyor musunuz? O zaman broşürü bilgileri sizin için çeviren ya da açıklayan biriyle okuyun.

Uwaga: Ta ulotka zawiera ważne dla Ciebie informacje. Masz trudności ze zrozumieniem języka holenderskiego? Przeczytaj tę ulotkę razem z kimś, kto przetłumaczy jej treść lub będzie w stanie wyjaśnić zawarte w niej informacje.

انتبه: هناك معلومات مهمة بالنسبة لك في هذا المنشور. هل تواجه صعوبة في اللغة الهولندية؟ اقرأ إذن هذا المنشور مع شخص آخر يترجم أو يشرح لك المعلومات.