

Nieuwsbrief

Aangeboden door:

Lunterse Apotheek
Stationsstraat 27
6741 DH LUNTEREN

Een service van uw apotheek

Een astma-aanval voorkomen

Een astma-aanval is voor uw kind erg vervelend en niet altijd te voorkomen. Toch kunt u een aantal dingen doen om deze te voorkomen én te bestrijden.

Een astma-aanval voorkomen is allereerst een kwestie van zoveel mogelijk prikkels vermijden die bij uw kind de klachten uitlokken. Denk bijvoorbeeld aan huisstofmijt, huidschilfers van huisdieren, bepaalde geuren en natuurlijk ook tabaksrook. Daarnaast kunt u een astma-aanval bij uw kind voorkomen door de door uw arts voorgeschreven medicijnen zo goed mogelijk te gebruiken. Het is belangrijk dat u zich aan de voorgeschreven dosering houdt, zodat het medicijn de longen van uw kind zo optimaal mogelijk beschermt. Verwacht u dat uw kind in contact gaat komen met bepaalde prikkels? Dan kunt u mogelijk de astma-aanval voorkomen door uw kind preventief een luchtwegverwijder te geven.

Astma-aanval bestrijden

Helaas lukt het toch niet altijd om een astma-aanval bij uw kind te voorkomen. Krijgt het toch een astma-aanval, probeer dan vooral rustig te blijven. Paniek maakt de klachten erger, omdat hevige emoties ook van invloed zijn op astma. Leer erop vertrouwen dat een astma-aanval over gaat. Laat uw kind staan of zitten en geef het medicijn zoals de dokter dat heeft voorgeschreven. Kortwerkende luchtwegverwijdende medicijnen helpen meestal binnen een paar minuten bij een astma-aanval. Werkt het middel na twintig minuten nog niet, laat uw kind dan opnieuw inhaleren. Blijft de benauwdheid daarna nog steeds aanhouden, bel dan de dokter.

Vertellen over astma

Het is misschien vervelend om anderen te moeten vragen of ze rekening met de astma van uw kind willen houden, maar het is toch verstandig. Probeer dan ook zo open mogelijk te zijn over de astma van uw kind en wat er gebeurt als het een astma-aanval krijgt. Als uw omgeving weet waar uw kind niet goed tegen kan, kan zij hier rekening mee houden.



Wat is 'benauwd' in het Zweeds?

Stel: U bent op vakantie en uw kind voelt zich niet lekker, of krijgt een ongeluk. Dan is het prettig als u kunt communiceren met uw buitenlandse arts. Want misverstanden en onbegrip kunnen leiden tot fouten in de diagnose, behandeling of medicijnen. Neem daarom de Medische Vertaalkaart mee op reis. Daarmee kunt u als reiziger het medische verhaal van uw kind doen in elf talen. In het Frans, Spaans, Italiaans, maar ook in het Russisch of Zweeds. De Medische Vertaalkaart is verkrijgbaar bij de ANWB voor slechts € 6,95.

De Medische Vertaalkaart is een goede aanvulling op het Medicijnpaspoort, waarin alle medicijnen staan die uw kind gebruikt. Het medicijnpaspoort kunt u afhalen bij uw apotheek. De apotheker houdt in de computer bij welke medicijnen uw kind gebruikt. U kunt een overzicht opvragen. Het medisch paspoort is handig als u eventueel medische hulp of extra medicijnen nodig heeft.

Hooikoorts

Hooikoorts heeft niets met hooi of koorts te maken. Een andere naam voor hooikoorts is **stuifmeelallergie of meer algemeen allergische neusklachten**.

Veel kinderen die astma hebben, hebben ook hooikoorts. Als uw kind hooikoorts heeft, is het allergisch voor stuifmeel van bloeiend gras, planten (onkruid) of bomen. Het stuifmeel zit in de lucht en wordt verplaatst door de wind. Hooikoorts komt vooral in de lente en zomer voor.



Wanneer weinig en wanneer veel stuifmeel

Weinig stuifmeel

Na een regenbui
In de winter
Aan zee
In de stad
's Ochtends

Veel stuifmeel

Droog, winderig weer
In de zomer
In het binnenland
Op het platteland
's Middags en 's avonds

Klachten

Klachten bij hooikoorts zijn: een loopneus of een verstopte neus, jeukende of tranende ogen, niezen en een kriebelend gevoel in de keel. Deze symptomen verschillen van persoon tot persoon. Heeft uw kind astma en hooikoorts, dan heeft het vaker astma-aanvallen dan kinderen met astma die geen hooikoorts hebben.

Oorzaken

De belangrijkste oorzaak van hooikoorts zijn pollen. Met name pollen van de volgende bomen en planten zorgen voor een allergische reactie. Ambrosia, berk, beuk, bijvoet, eik, els, grassen, hazelaar, iep, populier, rogge, weegbree, wilg en zuring

Geneesmiddelen tegen hooikoorts

Er zijn verschillende middeltjes te krijgen tegen hooikoorts. Deze kunt u zonder recept kopen bij de apotheek. Soms is het nodig om via de huisarts een bepaald middel voorgeschreven te krijgen. Dit kunnen tabletjes, druppels of een neusspray zijn. De Advieslijn van het Astma Fonds geeft u graag tips om klachten te verminderen.

Wilt u weten wanneer de pollenplanten bloeien, hoe deze eruit zien en hoeveel pollen u op een dag kunt verwachten? Kijk dan op pollenkalender.tv

Word lid van de Astma Fonds patiëntenvereniging

Word lid via tel. (033) 434 12 95 of leden@astmafonds.nl. De meeste zorgverzekeraars vergoeden het lidmaatschap van een patiëntenvereniging. Uw voordeel: regelmatig het magazine, deelname aan lotgenotenactiviteiten, contact met professionals van de Advieslijn, belangenbehartiging, jaarlijkse ledendag en een ledenpas met exclusieve kortingen

Kinderen met eczeem

meer kans op astma

Kinderen met eczeem hebben negen keer meer kans op het ontwikkelen van astma na hun veertigste. Dat blijkt uit Australisch onderzoek.

In 1967 werden 1400 mensen ondervraagd over hun allergieën en hun leefomgeving. Zij waren toen 7 jaar oud. Dit werd herhaald in 2004, op 44-jarige leeftijd.

Hoofdonderzoeker Pamela Martin, van de University of Melbourne, zegt dat de studie laat zien hoe belangrijk het is kindereczeem goed te behandelen. 'We zien in deze studie dat kindereczeem, vooral in combinatie met hooikoorts, een goede voorspeller is van wie astma krijgt op latere leeftijd. En dat het voorkomen en het behandelen van kindereczeem of hooikoorts op jonge leeftijd mogelijk de hardnekkigheid en de ontwikkeling van astma op latere leeftijd kan voorkomen.' De resultaten zijn online gepubliceerd in the Journal of Allergy and Clinical Immunology.



Heeft u nog vragen?

Voor vragen over astma bel het Astma Fonds Advieslijn op 0900 227 25 96 (€ 0,10 per min.) (ma. t/m vr. van 10.00 – 14.00 uur).
Of mail naar advieslijn@astmafonds.nl

astmafonds.nl

Astma Fonds

Postbus 627
3800 AD Amersfoort
t (033) 434 12 12
f (033) 434 12 99

Gezonde longen, van levensbelang

