

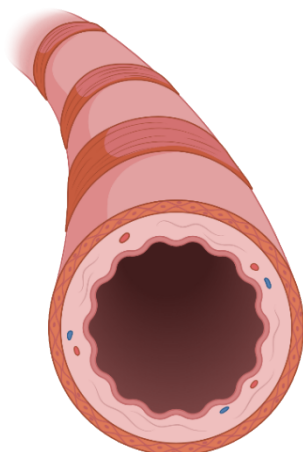
Kinderlongziekten

Astma bij kinderen

Wat is astma?

Astma is een ziekte van de longen waarbij de luchtwegen ontstoken zijn. Hierdoor zijn slijmvliezen verdikt, wordt meer slijm aangemaakt en zijn de spiertjes rondom de luchtwegen samengeknepen. In de afbeelding hieronder ziet u dat als luchtwegen ontstoken zijn deze vernauwd raken. Lucht met zuurstof kan hierdoor moeilijker in en uit de longen. Kinderen kunnen dan last hebben van hoesten, piepende ademhaling, drukkend gevoel op de borst en een benauwd gevoel. Dagelijkse activiteiten zoals sporten en slaap kunnen hierdoor moeilijker zijn.

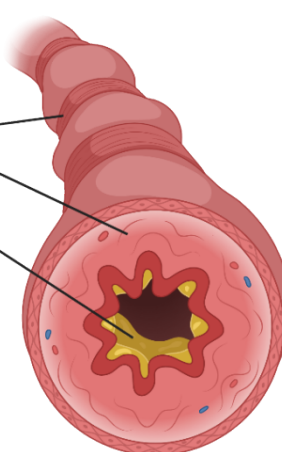
Normale, niet ontstoken, luchtweg



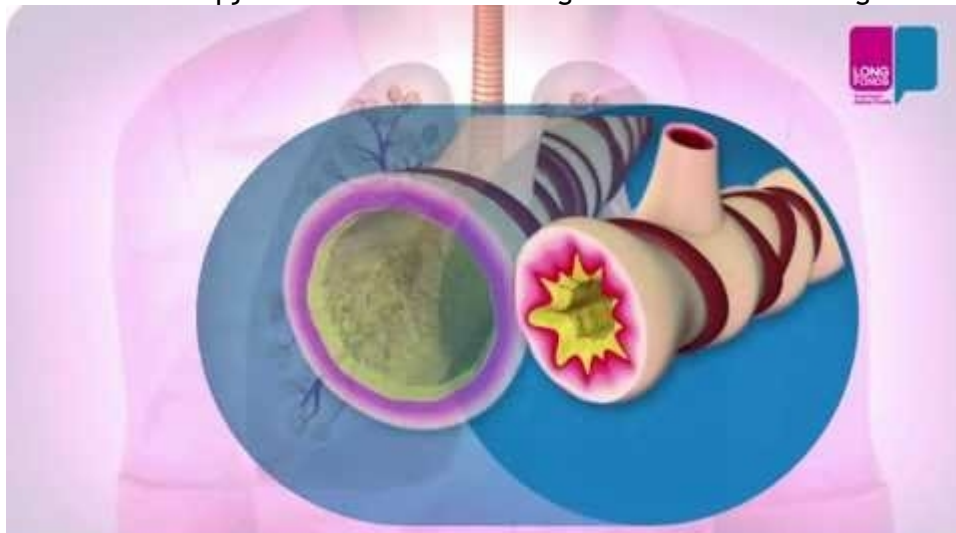
Astma, ontstoken luchtweg

Astma

1. Spiertjes knijpen luchtwegen dicht.
2. Slijmvliezen zijn verdikt en ontstoken.
3. Er is meer aanmaak van slijm.



Zie ook het filmpje hieronder van het Longfonds voor meer uitleg over wat astma is.



Waardoor krijg je astma?

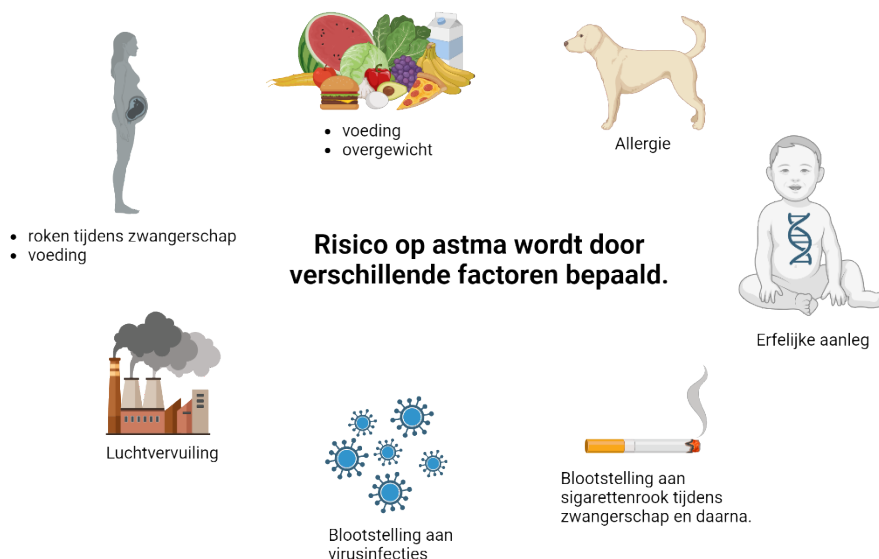
Astma ontstaat meestal door een combinatie van aanleg en dingen uit de omgeving.

Kinderen met astma hebben vaak een vader of moeder die ook astma heeft. De aanleg om astma te krijgen kan in de familie zitten en wordt soms doorgegeven van ouder op kind. Maar niet ieder kind van een ouder met astma krijgt het ook zelf.

Andere dingen kunnen ook meespelen bij het ontstaan van astma, bijvoorbeeld:

- hoe je afweer (je immuunsysteem) zich heeft ontwikkeld
- welke virusinfecties je als (jong) kind hebt gehad
- of je in contact bent gekomen met stoffen uit de omgeving, zoals uitlaatgassen, fijnstof, dieren of pollen
- of je moeder heeft gerookt tijdens de zwangerschap
- of je na de geboorte sigarettenrook in je omgeving hebt ingeademd

Het is vaak de combinatie van deze dingen die bepaalt of je wel of geen astma krijgt.



Kun je van astma genezen?

Astma is een chronische ziekte. Dat betekent dat het niet helemaal overgaat. Je kunt er dus je hele leven last van blijven houden. Astma begint vaak al in de kindertijd, maar sommige mensen krijgen het pas als ze volwassen zijn. De klachten kunnen in de loop van de tijd veranderen.

Soms heb je veel klachten, en soms juist weinig.

Er is op dit moment geen behandeling die astma helemaal kan genezen. Maar gelukkig zijn er wel goede medicijnen. Die zorgen ervoor dat je minder klachten hebt of dat je klachten helemaal wegblijven.

Waardoor wordt astma erger?

Bij astma zijn de luchtwegen extra gevoelig. Daardoor kunnen ze snel gaan ontsteken.

Verschiede prikkels kunnen die ontsteking en daarmee ook astmaklachten verergeren.

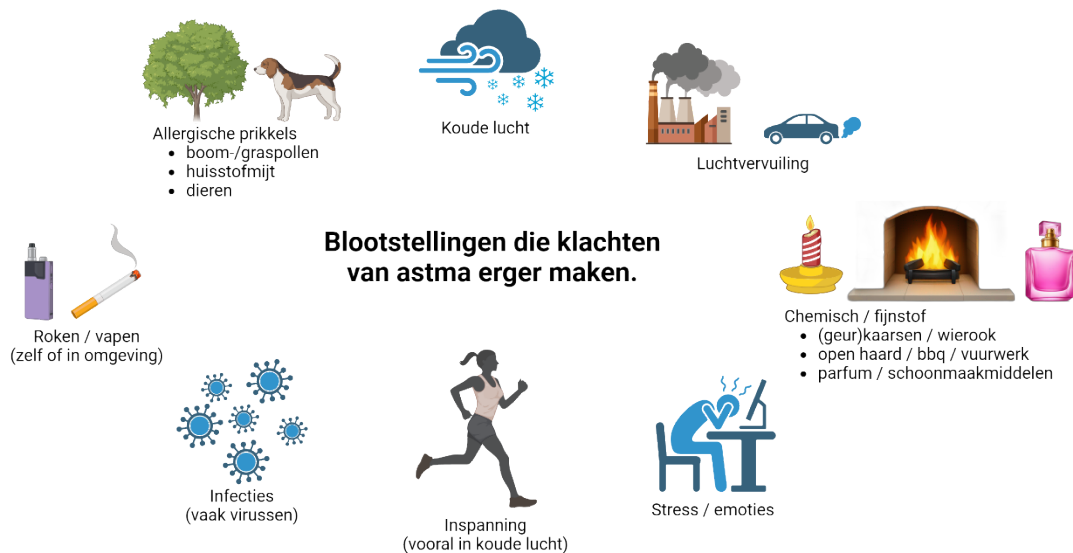
Soms speelt een allergie een rol. Voorbeelden van allergenen zijn:

- huisstofmijt
- schimmels
- graspollen of boompollen
- dieren (zoals katten of honden)

Ook andere prikkels kunnen de klachten erger maken:

- rook van sigaretten of vapes (e-sigaret)
- virusinfecties, zoals verkoudheid of griep
- inspanning (zoals rennen of sporten)
- rook van barbecue, vuurwerk, open haard, wierook of (geur)kaarsen
- uitlaatgassen van auto's
- sterke geuren, zoals parfum of kookluchtjes
- mist of koude lucht
- snelle overgang van warm naar koud of andersom

Astmaklachten kunnen geleidelijk toenemen door blootstelling aan deze prikkels. Soms ontstaan de klachten plotseling en ernstig. In dat geval is er sprake van een astma-aanval. Dan is snelle behandeling nodig.



Hoe wordt astma behandeld?

Astma is een ziekte waarbij de luchtwegen ontstoken zijn. Daarom bestaat de behandeling meestal uit ontstekingsremmers. Dit zijn medicijnen die de ontsteking in de luchtwegen verminderen. Ze worden meestal via een inhalator (pufje) ingeademd, zodat ze direct in de longen terechtkomen.

De belangrijkste ontstekingsremmers bij astma zijn corticosteroïden. Deze medicijnen werken tijdelijk en moeten daarom elke dag opnieuw worden gebruikt. Ze zorgen ervoor dat de luchtwegen minder ontstoken raken. Daardoor blijven de luchtwegen beter open en nemen de klachten af. Astma wordt hiermee niet genezen, maar de klachten kunnen wel goed onder controle blijven.

Naast ontstekingsremmers worden vaak ook luchtwegverwijders voorgeschreven. Deze medicijnen ontspannen de spiertjes rondom de luchtwegen. Daardoor gaan de luchtwegen snel weer open. Ook deze medicijnen worden meestal ingeademd. Ze helpen snel bij klachten zoals hoesten, piepende ademhaling of benauwdheid.

Een goede behandeling van astma bestaat vaak uit een combinatie van dagelijkse medicijnen, een goede inhalatietechniek en het vermijden van prikkels die klachten kunnen verergeren.



Astmabehandeling



Ontstekingsremmer

- helpt het astma rustig te houden
- moet **elke dag** gebruikt worden
- pas stoppen met dit medicijn na overleg met arts

Luchtwegverwijder

- maakt luchtwegen wijder; zet de luchtwegen open
- helpt bij acute klachten

Andere vragen?

Als u na het lezen van deze folder nog vragen heeft, bespreek deze dan met de kinderlongverpleegkundige of kinder(long)arts.

Kijk ook op andere websites met betrouwbare informatie over astma

[Longfonds - wat is astma?](#)

[Longfonds - behandeling van astma](#)

[Longfonds - informatie voor ouders](#)

[Thuisarts.nl - astma bij kinderen](#)