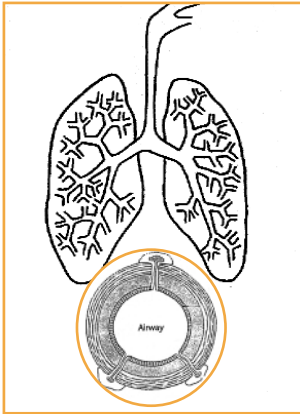


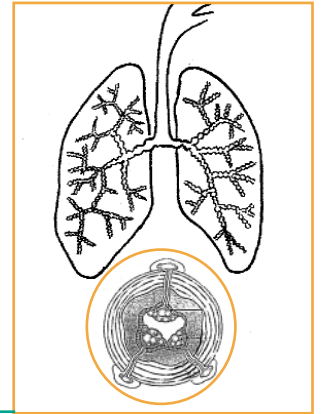
Wat is astma?

Astma is een aandoening van de luchtwegen, die voorkomt op alle leeftijden. Astma is niet besmettelijk; een astmapatiënt kan dus niemand besmetten door te hoesten omdat het geen infectieziekte is. Vaak lijden meerdere leden van hetzelfde gezin aan astma.



De luchtwegen brengen lucht naar de longen. Ze bestaan uit alsmaar nauwer wordende gangen waarvan de structuur doet denken aan een boom. Als het astma goed onder controle is, zijn de luchtwegen vrij en kan de lucht er vrij circuleren (zie schema).

Als het astma niet langer onder controle is, zijn de wanden van de luchtwegen verdikt en gezwollen en ontstaan er spierspasmen; hierdoor verkleint de diameter van de luchtwegen aanzienlijk (zie schema). Bij een astma-aanval is de diameter van de luchtwegen nog kleiner of zijn de luchtwegen zelfs volledig verstopt. De luchtstroom is dan bijna volledig geblokkeerd. In dit geval spreekt men van een astma-aanval.



Piepende ademhaling



Hoest



Gevoel van beklemming



HOE ASTMA BEHANDELEN?

De behandeling van astma berust op drie pijlers:

1ste pijler:

Preventieve maatregelen

De bronchi van astmapatiënten reageren overdreven en niet in verhouding op een groot aantal irriterende stoffen. De - zelfs geringe of vluchtige - blootstelling aan één van deze stoffen kan een aanval uitlokken. De preventie van aanvallen maakt dus integraal deel uit van de behandeling van astma. Mogelijke "irriterende" stoffen zijn:

- Pelsdieren
- Sigaretten- en andere rook
- Stof uit beddegoed
- Huisstof
- Sterke geuren of spray
- Pollen van bomen, bloemen of kruiden
- Koude
- Inspanningen (sport, lopen, zware inspanningen)
- Verkoudheden

2de pijler:

Controle van de aandoening

Astma wordt gekenmerkt door een chronische ontsteking van de bronchuswand, met een overgevoeligheid voor allerlei irriterende stoffen tot gevolg. Om deze ontsteking te bestrijden gebruikt men inhalatie-corticoiden, die doorgaans tweemaal daags worden ingenomen. Inhalatie-corticoiden hebben minder bijwerkingen dan corticoiden via orale inname. Bovendien worden inhalatie-corticoiden toegediend in lage doses omdat het geneesmiddel direct wordt afgezet waar het nodig is.

3de pijler: Bestrijding en controle van de symptomen

Om een betere controle van de symptomen te bewerkstelligen, gebruikt men "bronchodilatoren". Deze geneesmiddelen relaxeren de spieren van de bronchuswand, waardoor de vernauwing van de luchtwegen afneemt. De lucht kan dan vrij circuleren. De meest gebruikte bronchodilatoren zijn de β_2 -mimetica. Deze zijn ingedeeld in twee groepen:

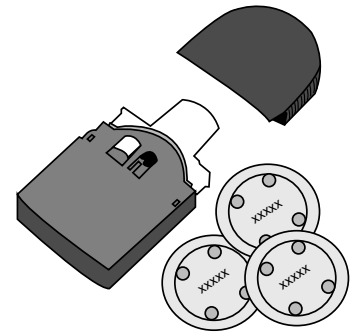
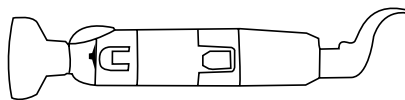
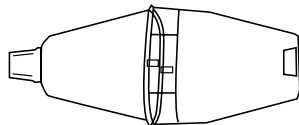
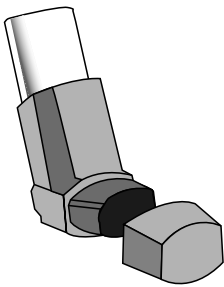
- De β_2 -mimetica met een korte werkingsduur maar snelle aanvang van werking dienen vooral om een astma-aanval te bestrijden.
- De β_2 -mimetica met een lange werkingsduur worden tweemaal daags toegediend om de luchtwegen te beschermen tegen astmasymptomen gedurende 24 uur. Vooral 's nachts voorkomen ze hinderlijk ontwaken door hoest of door een beklemmend gevoel.

Voor een betere controle van het astma, is het momenteel aan te bevelen een inhalatie β_2 -mimeticum met langdurige werking te combineren met een inhalatie-corticoid.

Hoe geneesmiddelen tegen astma innemen?

De beste toedieningsweg voor een behandeling van astma is via inhalatie. Zo komt het geneesmiddel direct in de longen terecht, daar waar het nodig is. Men maakt een onderscheid tussen:

- Doseer-aërosols: hierbij wordt het geneesmiddel door drijfgas verspreid;
- Bij het kind en bij bepaalde volwassenen vergemakkelijkt een inhalatiekamer de toediening van de medicatie. Zij laat een betere synchronisatie tussen de ademhaling en de hantering van de medicatie toe.
- Poeder-inhalatoren: hierbij wordt het geneesmiddel, in de vorm van een poeder, op natuurlijke wijze via de ademhaling ingeademd.



GOED LEVEN MET ASTMA

Wereldwijd lijden miljoenen mensen aan astma. Astma hebben is geen schande die men liever verbergt. Integendeel, de medische vooruitgang heeft ervoor gezorgd dat vandaag elke astmapatiënt een normaal leven kan leiden en werken, spelen, sporten, naar school gaan en slapen kan zoals iedereen.



Daarom één principe: leer astma te beheersen. Zie hier drie gouden regels:



- Regel 1: vermijd alles wat een aanval kan uitlokken.



- Regel 2: volg nauwgezet de door uw arts voorgeschreven behandeling. Zorg er vooral voor u een goede techniek eigen te maken om een maximaal effect van de geïnhaleerde geneesmiddelen te bekomen.



- Regel 3: ga 3 tot 4 maal per jaar op raadpleging voor een routinecontrole zelfs al heeft u geen enkele specifieke klacht.

Onthoud tenslotte dat men astma niet kan genezen, maar men wel in staat is de ziekte perfect te beheersen. Dit laatste ligt geheel in uw handen.

Neem elke dag uw medicatie die de ziekte en de symptomen controleert (2^{de} en 3^{de} pijlers). Zorg ervoor dat u steeds uw snelwerkend geneesmiddel bij de hand hebt als u de woning verlaat. Raadpleeg uw arts indien u dit meer dan 3 à 4 maal per dag gebruikt.