Astma

Informatie longgeneeskunde

Astma

Wat is astma?

Astma is een ziekte waarbij uw longen altijd een beetje ontstoken zijn. Dit betekent dat er steeds kleine ontstekingen in uw longen zijn. Door deze ontstekingen kunt u last krijgen van benauwdheid of hoesten. Sommige dingen kunnen ervoor zorgen dat uw longen gevoelig reageren, zoals rook, uitlaatgassen, huisstofmijt of huisdieren. Dit noemen we prikkels. Hierdoor kunt u benauwd worden of gaan hoesten. Als dit plotseling gebeurt, noemen we dit een astma-aanval. Niet iedereen reageert op dezelfde prikkels. De ernst van de klachten verschilt ook per persoon.

Soorten astma

Er zijn verschillende soorten astma. Welke klachten u heeft en hoe erg deze zijn, hangt af van de soort astma dat u heeft. Astma is onvoorspelbaar. Dat betekent dat u het ene moment meer last heeft dan het andere.

Allergisch astma

Bij allergisch astma krijgt u klachten als u dingen inademt waarvoor u allergisch bent. Zoals bijvoorbeeld stuifmeel, huisstofmijt of huidschilfers van huisdieren.
Soms lokken voedingsstoffen of stoffen in medicijnen ook een reactie uit. Met het inademen van deze prikkels, maakt uw lichaam de stof histamine aan. Dat zorgt voor de allergische reactie.

Niet-allergisch astma

Bij niet-allergische astma krijgt u klachten van prikkels zonder dat u hiervoor allergisch bent. U kunt bijvoorbeeld benauwd worden van uitlaatgassen, rook, parfum of bepaalde weersomstandigheden, zoals kou, mist en vochtige lucht.

Inspanningsastma

U krijgt last van benauwdheid als u zich inspant. Bijvoorbeeld tijdens het sporten. U krijgt klachten als u te snel in beweging komt. Het is belangrijk om rustig te beginnen met een activiteit. Uw longen wennen dan aan het verschil tussen rust naar beweging. Stress en emoties kunnen uw klachten erger maken. Dat geldt ook voor de temperatuur en de vochtigheid van de lucht. Koude en droge lucht zorgen vaak dat u meer last heeft.
Vaak schrijft uw arts een medicijn voor. Een inhalator die u inneemt voor u begint met sporten. Dat zorgt ervoor dat u minder last heeft.

Ernstig astma

Ernstig astma komt gelukkig niet vaak voor. Ernstig astma is moeilijk onder controle te houden met medicijnen en u heeft waarschijnlijk veel klachten. Hiervoor moet u regelmatig naar het ziekenhuis voor behandeling.

Symptomen van astma

Bij astma kunt u verschillende klachten hebben, zoals benauwd zijn, kortademigheid, hoesten, een piepende ademhaling en een gebrek aan energie. Als u een astma aanval heeft, zijn u longen geprikkeld. De klachten verschillen per persoon.

Moeite met ademen

Als u een astma-aanval heeft, kunt u het gevoel hebben dat u bijna niet kunt ademen. Dat kan eng zijn. Probeer rustig te blijven. U bent benauwd omdat uw longen vol zitten met lucht die niet goed ververst wordt. Gelukkig is het meestal niet gevaarlijk.
Ga rechtop zitten en maak uw luchtwegen vrij. Maak bijvoorbeeld uw das of sjaal los en maak de bovenste knoopjes van uw shirt open.

Medicijnen bij astma

Bij astma gebruikt u meestal ontstekingsremmers en luchtwegverwijders. Deze medicijnen ademt u in via een inhalator. De medicijnen komen zo direct in uw longen terecht. Inhalatoren worden vaak puffers genoemd.

Voor uw astma gebruikt u waarschijnlijk elke dag een puffer. Welk medicijn er in de puffer zit, hangt af van het soort en de ernst van astma. Er zijn verschillende soorten medicijnen bij astma.

Belangrijk is om uw medicijnen altijd te gebruiken zoals de arts heeft voorgeschreven!

Luchtwegverwijders

Bent u benauwd of heeft u een astma-aanval? Dan kunt u een puffer met luchtwegverwijders gebruiken. Dit medicijn zorgt ervoor dat de spieren om uw luchtwegen ontspannen. Zo worden uw luchtwegen wijder. Ze genezen de ontstekingen in uw longen niet.

Kortwerkende luchtwegverwijders hebben binnen vijf minuten effect en werken maximaal zes uur. Verwacht u dat u klachten krijgt, bijvoorbeeld omdat u gaat sporten? U kunt dan tevoren de kortwerkende puffer gebruiken om benauwdheid te voorkomen of uw klachten te verminderen. Langwerkende luchtwegverwijders werken 12 uur.

Ontstekingsremmers

Deze medicijnen verminderen de ontstekingen in uw longen. Hierdoor reageren uw longen minder heftig op prikkels en heeft u minder last van uw klachten. Het duurt een aantal weken voordat ontstekingsremmers werken. Zorg dat u ze volgens het voorschrift van uw arts inhaleert, ook al heeft u geen klachten. Het is erg belangrijk voor een goede werking van de medicijnen.

Combinatiemedicijnen

Ontstekingsremmers en luchtwegverwijders worden soms gecombineerd in 1 puffer. Deze combinatiemedicijnen zorgen voor bescherming van uw longen én verwijding van uw luchtwegen.

Overige medicijnen

Omdat u astma heeft, krijgt u jaarlijks een oproep voor de griepprik.
Daarnaast kan uw arts u medicijnen voorschrijven voor verschillende allergieën, zoals huisstofmijt, hooikoorts of huisdieren.

Goed inhaleren

Het is belangrijk dat u op de juiste manier uw medicatie inneemt. Zo komen uw medicijnen op de goede plaats in uw longen en hebben zij de beste werking. Helaas gaat dit nog vaak mis. Volg goed de instructie op. Om u te helpen goed te inhaleren zijn er gebruiksaanwijzingen ontwikkeld samen met patiënten. U vindt ze op www.inhalatorgebruik.nl .

Ook is het belangrijk dat uw arts of verpleegkundige jaarlijks controleert of u nog op de juiste manier inhaleert.

Tip: spoel na het gebruik van een ontstekingsremmer altijd grondig uw mond en keel of eet of drink iets. Zo voorkomt u keelklachten.

Astma is blijvend

Astma gaat niet weg, het is een ziekte die blijft. Dit komt doordat uw longen altijd een beetje ontstoken zijn. Dit is niet hetzelfde als een longontsteking; hierbij zijn de longen ontstoken door een bacterie. Een behandeling met medicijnen kan een longontsteking snel genezen. Bij astma kunnen de klachten weken tot maanden blijven. Astma geeft niet elke dag klachten. Soms zijn er periodes waarin u weinig tot niets merkt van uw astma, maar het is niet genezen.

Astma onder controle

Astma is bij iedereen anders. Niet iedereen reageert op dezelfde prikkels. Sommige mensen reageren heftiger dan anderen. Uw arts zal daarom vragen hoeveel last u heeft en of astma uw leven beperkt. Zo bepaalt hij hoe goed uw astma onder controle is.

Bron

Longfonds: https://longfonds.nl

04/24