

Nieuwsbrief Astma bij kinderen

EEN SERVICE
VAN UW
APOTHEEK

MEI/JULI '09

De lente is begonnen. De dagen worden weer langer en buiten spelen wordt weer aantrekkelijk voor kinderen. Fijn, want stilzittende kinderen hebben meer kans op astma. Maar buiten spelen kan hooikoortsklachten geven. Meer hierover in deze nieuwsbrief.

Stilzittende kinderen hebben meer kans op astma. Kinderen die meer dan twee uur per dag televisie kijken, lopen twee keer zoveel risico astma te ontwikkelen dan kinderen die minder voor de tv zitten. Dat blijkt uit onderzoek van Britse wetenschappers. Zij volgden hiervoor ruim drieduizend kinderen van 0-12 jaar. Ondanks dat dit bericht op dinsdag 3 maart in veel kranten en websites stond, lijken de

resultaten niet echt nieuw. Eerdere onderzoeken hebben al laten zien dat kinderen die veel tv kijken een groter risico lopen op astma. Bijvoorbeeld het in 2008 gepubliceerde Italiaanse onderzoek onder 20.000 7-jarigen dat ook liet zien dat veel tv kijken meer kans geeft op astma.

De voornaamste oorzaak die in de onderzoeken naar voren komt, is dat kinderen die veel tv kijken te weinig beweging krijgen. Het Astma Fonds stimuleert kinderen, met of zonder astma, om meer te sporten.

ONDANKS ASTMA EEN TOPCONDITIE

Astma heeft een belangrijk kenmerk in vergelijking met andere longaandoeningen: bij een astma-aanval zijn de luchtwegen vernauwd en na die aanval zijn ze weer normaal. De klachten gaan over en kunnen lange tijd wegblijven. Iemand met astma voelt zich daardoor, in perioden zonder klachten, vaak

uitstekend. Als de astma goed onder controle is, kan iemand met astma zelfs een topconditie opbouwen!



FOTO: BETINA VAN DE KAR

HOE ONTSTAAT ASTMA?

Bij veel kinderen ontstaan astmklachten mede door allergie. De belangrijkste allergische prikkels zijn de huisstofmijt, dieren en pollen. Ook niet-allergische prikkels kunnen tot astmklachten leiden. Niet-allergische prikkels zijn onder meer tabaksrook, parfum, luchtvervuiling, het weer, inspanning en luchtweginfecties.



FOTO: HANS OOSTRUM



FOTO: STOCK.XCHNG



De aanleg voor astma en voor allergieën is erfelijk. Astma is niet besmettelijk: een kind met astma kan de ziekte dus niet overbrengen, zoals een verkoudheid, op vriendjes of klasgenootjes.

HOOIKOORTS

Bij astma gaat het om een ontsteking in de lagere luchtwegen: de longen. De neus en keel worden de bovenste luchtwegen genoemd. In de hooikoortsperiode gaat het vooral om deze bovenste luchtwegen. Hoewel klachten van hooikoorts pas ontstaan nadat iemand al enkele seizoenen stuifmeel heeft ingeademd, krijgen sommige kinderen er al last van als ze tien jaar of nog jonger zijn.

EERSTE HOOIKOORTSPOLI IN ROTTERDAM

Voor mensen die al langere tijd hooikoortsklachten hebben en er met zelfzorgmiddelen maar niet vanaf komen, is er sinds kort de Hooikoortspolikliniek van het Maasstad Ziekenhuis in Rotterdam. Hiervoor is wel een verwijzing van de huisarts nodig. Het Maasstad Ziekenhuis is het enige

ziekenhuis in Nederland dat een polikliniek heeft die speciaal is ingericht voor mensen met hooikoorts. Een dergelijke aanpak is volgens allergoloog dr. Oek Phaff van groot belang. "Wie zijn hooikoorts verwaarloost, heeft grote kans dat deze vervelende, maar ogenschijnlijk onschuldige kwaal onttaardt in astma. Maar liefst veertig procent van de hooikoortspatiënten krijgt op den duur astma." Phaff weet echter uit eigen ervaring dat 90 procent van de patiënten van zijn klachten af kan komen.

OOK VOOR KINDEREN

Wie een afspraak maakt, staat na een gedegen onderzoek van ongeveer een uur weer buiten met een op maat gesneden behandelplan. Juist ook kinderen zijn van harte welkom op de poli. Phaff: "Kinderen van nul tot twaalf jaar hebben, als ze last krijgen van hooikoorts, meestal nog geen astma ontwikkeld. Als ze worden geholpen aan hun hooikoorts, hebben ze daar hun leven lang profijt van. Want je vermindert met een goede behandeling niet alleen de kans op astma, maar ook het risico van kruisallergieën. Een kruisallergie betekent dat ze behalve voor pollen ook allergisch worden voor andere allergenen, zoals huisstofmijt."

HEEFT U NOG VRAGEN?

Voor vragen over astma bel de Astma Fonds Advieslijn: **0900 2272596** (ma. t/m vr. van 10.00 – 14.00 uur, € 0,10 per min.) of mail naar advieslijn@astmafonds.nl.

WORD NU LID!

Wilt u voortaan uitgebreide informatie, persoonlijk advies en begeleiding? Of wilt u het Astma Fonds financieel steunen? Word dan lid van het Astma Fonds via www.astmafonds.nl of bel met de klantenservice op **(033) 4341295** (ma. t/m do. 09.00-12.00 en 13.00-17.00 uur).



FOTO: STOCK.XCHNG