

Benauwdheidsklachten bij kinderen

Informatie voor ouders en/of verzorgers

In deze folder staat meer informatie over hoe u benauwdheidsklachten bij uw kind herkent en wat u daaraan kunt doen.



Rijnstate

**Neem altijd uw
verzekeringsgegevens
en identiteitsbewijs mee!**

Inhoud

	pagina
Inleiding	3
Uitlokkende prikkels en factoren	4
Lichaamssignalen	6
Astma Controle Test (ACT)	8
Astma medicatie voor kinderen	10
Medicatieschema bij beginnende benauwdheid	13
Medicatieschema bij acute benauwdheid	14
Afbouwschema voor Salbutamol	15
Vragen	16

Inleiding

Astma is een chronische ontsteking van de luchtwegen gekenmerkt door 'aanvalsgewijze' klachten van benauwdheid, piepen en/of hoesten door allergische of niet allergische prikkels.

De behandeling is gericht op twee belangrijke aspecten van astma: de luchtwegontsteking (hierdoor ontstaat zwelling van de slijmvliezen en slijmvorming) en de luchtwegvernauwing (door samentrekken van de spiertjes rondom de luchtwegen).

Doel van dit boekje

Met dit boekje willen we u zo goed mogelijk informeren over:

- welke prikkels een benauwdheidsaanval bij uw kind kunnen uitlokken;
- hoe u bij uw kind (d.m.v. lichaamssignalen) een benauwdheidsaanval zo goed mogelijk kunt herkennen;
- wanneer u welke medicijnen geeft en hoeveel.

Uitlokkende prikkels & factoren

Virale luchtweginfecties zijn in 70 tot 80 procent van de gevallen de veroorzaker van een benauwdheidsaanval, soms in combinatie met allergische of niet-allergische prikkels.

Luchtweginfecties

Griep en/ of verkoudheid

Allergische prikkels

Huisstofmijt

Schimmels:

- Schimmels/vocht in huis

Hooikoorts:

- Bomen/struiken
- Gras
- Onkruid
- Bloemen

Huisdieren:

- Kat
- Hond
- Konijn
- Cavia
- Vogel, etc

Niet – allergische prikkels

Bepaalde prikkelende stoffen in de lucht:

- Sigarettenrook
- Uitlaatgassen
- Deodorant / haarlak / parfum
- Schoonmaakmiddelen
- Baklucht
- Verflucht

Weersomstandigheden, zoals:

- Wind
- Kou / mist / vochtig weer
- Weersomslag

Inspanning / emotionele prikkels, zoals:

- Sporten
- Stress
- Verdriet

Overig:

- Voedsel: o.a. noten
- Geneesmiddelen

Lichaamssignalen

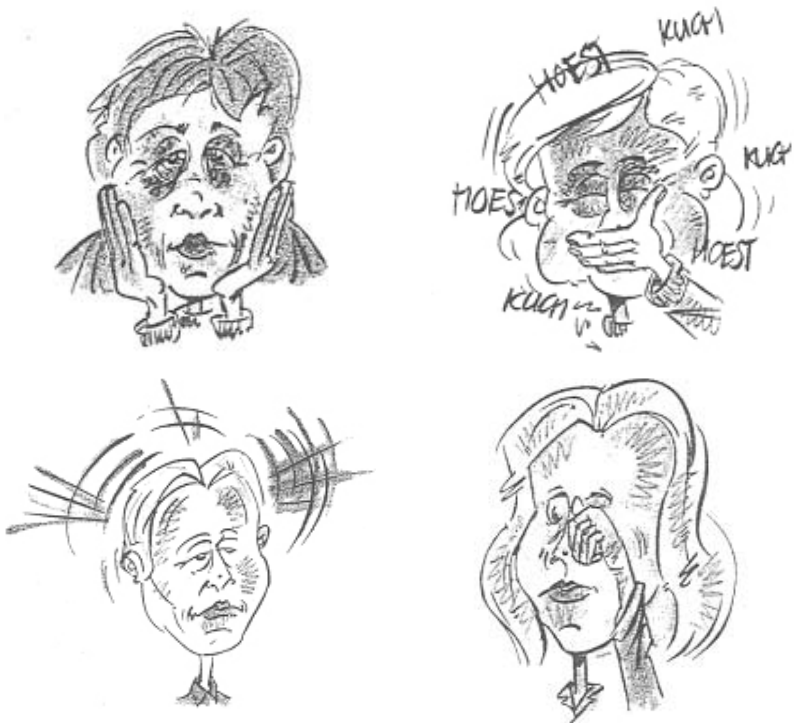
Voor ieder kind zijn de lichaamssignalen verschillend.
Ook per moment kunnen de signalen wisselen in hevigheid.

Ademhaling:	<input type="checkbox"/> is versneld	<input type="checkbox"/> piept / broemt	<input type="checkbox"/> benauwd	<input type="checkbox"/> is pijnlijk
	<input type="checkbox"/> intrekkingen	<input type="checkbox"/> neusvleugelen	<input type="checkbox"/> hoesten / kuchen	<input type="checkbox"/> spreekt in korte zinnen
	<input type="checkbox"/> verstopte neus	<input type="checkbox"/> slijmvorming in luchtwegen		
Houding:	<input type="checkbox"/> opgetrokken schouders	<input type="checkbox"/> gespannen houding	<input type="checkbox"/> slap, lusteloos	<input type="checkbox"/> rusteloos
Algemeen:	<input type="checkbox"/> moeheid	<input type="checkbox"/> donkere kringen om ogen	<input type="checkbox"/> nachtelijk hoesten, piepen of benauwdheid	

Als u één of meerdere van bovenstaande signalen herkent, dan start u, afhankelijk van de ernst van de klachten met één van de Salbutamol schema's achterin dit boekje.

Waar in dit boekje gesproken wordt over Salbutamol, wordt ook Ventolin, Airomir of Bricanyl bedoeld. Dit is de 'blauwe puf'.

Als het hoesten het gevolg is van neusverkoudheid, dan is het advies om laagdrempelig te starten met een zoutoplossing neusspray(druppels) en eventueel het advies om hiernaast te starten met een Salbutamol-puf voor het slapen gaan.



Mogelijke signalen die ook met benauwdheid (of een voorbode hiervan) te maken kunnen hebben zijn:

- hoofdpijn
- keel zit dicht / pijn
- buikpijn / geen eetlust
- huid is droog / jeukt
- ogen tranen / jeuken of andere allergische klachten

Indien uw kind frequent bovenstaande klachten heeft, wees dan alert op een mogelijke relatie met benauwdheidsklachten. Geef uw kind indien nodig Salbutamol volgens het 'Salbutamol zo nodig schema' en kijk of Salbutamol verbetering geeft.





Astma Controle Test (ACT)

Met behulp van deze test kunt u, samen met uw kind, bepalen of het astma van uw kind de afgelopen vier weken onder controle is geweest. De test is geschikt voor kinderen van 4 - 11 jaar. Voor kinderen/jongeren van 12 tot 18 jaar is er een andere versie van de ACT beschikbaar. Deze staat in de app 'Astmaatje'. De app is gratis te downloaden in de Apple Store en via Google Play.

Is de score lager dan 20 dan is het astma de afgelopen vier weken waarschijnlijk niet onder controle geweest. Is de score 20 of hoger dan is het astma de afgelopen vier weken waarschijnlijk goed onder controle geweest.

Vragen voor uw kind:

1. Hoe is het vandaag met je astma?

				
Heel erg	Erg	Goed	Heel goed	

2. Hoeveel last heb je van astma als je rent, traint of sport?

				
Ik heb er veel last van, ik kan niet doen wat ik wil	Ik heb er last van en vind het vervelend	Ik heb er een beetje last van, maar het gaat wel	Ik heb er geen last van	

3. Moet je hoesten door je astma?

				
Ja, de hele tijd	Ja, meestal	Ja, soms wel	Nee, nooit	

4. Word je 's nachts wakker door je astma?

				
Ja, de hele tijd	Ja, meestal	Ja, soms wel	Nee, nooit	

Beantwoord als ouder de volgende vragen

5. Hoeveel dagen had uw kind de afgelopen 4 weken overdag astmklachten?

5	4	3	2	1	0	
Helemaal niet	1-3 dagen	4-10 dagen	11-18 dagen	19-24 dagen	Elke dag	

6. Hoeveel dagen had uw kind de afgelopen 4 weken overdag last van piepende ademhaling door de astma?

5	4	3	2	1	0	
Helemaal niet	1-3 dagen	4-10 dagen	11-18 dagen	19-24 dagen	Elke dag	

7. Hoe vaak werd uw kind de afgelopen 4 weken 's nachts wakker door de astma?

5	4	3	2	1	0	
Helemaal niet	1-3 dagen	4-10 dagen	11-18 dagen	19-24 dagen	Elke dag	

Bron: de Astma Control Test is van QualityMetric Incorporated. ©2002 QualityMetric Incorporated.

Astma medicatie voor kinderen

1. Kortwerkende luchtwegverwijders

Salbutamol, Ventolin, Airomir, Bricanyl

Werking:

- geven verwijding van de luchtwegen en daardoor "meer" lucht
- werken snel, na 5 à 10 minuten
- werking houdt 3 à 4 uur aan

Gebruik:

- bij benauwdheid
- vóór inspanning (als er sprake is van inspanningsklachten)
- indien uw kind een poederinhalator (bijv. Diskus of Turbuhaler) gebruikt, is het advies om bij acute ernstige benauwdheid een dosis-aerosol met voorzetskamer te gebruiken, aangezien dit laatste minder moeite kost om te inhaleren.

Bijwerking (zelden):

- trillen van de handen, onrust.

2. Ontstekingsremmers

Flixotide, Qvar, Pulmicort, Alvesco

Ook wel inhalaticorticosteroiden of luchtwegbeschermers genoemd

Werking:

- voorkomt ontsteking in de luchtwegen of vermindert dit
- vermindert de prikkelbaarheid van de luchtwegen
- voorkomt voor een belangrijk deel beschadigingen van de luchtwegen
- werking treedt op na 2 tot 4 weken bij dagelijks gebruik

Gebruik:

- twee keer per dag, 's morgens en 's avonds op vaste tijdstippen; Alvesco één keer per dag
- dagelijks gebruiken als onderhoudsmedicatie
- blijven gebruiken, ook als er géén klachten zijn (klachten blijven namelijk weg omdat de medicijnen dagelijks gebruikt worden)

Bijwerking (zelden):

- schimmelinfectie in/om de mond
- heesheid

Ter voorkoming van deze bijwerking is het belangrijk ná het puffen goed de mond te spoelen en een slok water te drinken.

Attentie:

Bij gelijktijdig gebruik van zowel luchtwegverwijders als ontstekingsremmers: eerst luchtwegverwijders en na 10 à 15 minuten de ontstekingsremmers inhaleren.

3. Langwerkende luchtwegverwijders

Serevent, Foradil, Oxis

Werking:

- zorgen voor een langdurige verwijding van de luchtwegen

- werken tot circa 12 uur

Gebruik:

- twee keer per dag, op vaste tijdstippen
- altijd in combinatie met ontstekingsremmers! (als combinatiemedicijn)

4. Combinatiemedicijnen

Seretide (combinatie van Flixotide en Serevent), Symbicort (combinatie van Pulmicort en Oxis), Relvar (combinatie van fluticasonfuroaat en vilanterol)

Werking:

- Bevatten zowel een ontstekingsremmer als een luchtwegverwijder

Gebruik:

- twee keer per dag, op vaste tijdstippen, Relvar één keer per dag

Bijwerking (zelden):

- schimmelinfectie in/om de mond
- heesheid

Ter voorkoming van deze bijwerking is het belangrijk ná het puffen goed de mond te spoelen en een slok water te drinken.

Medicatieschema bij beginnende benauwdheid, 'Salbutamol-zo-nodig-schema' (= blauwe puf)

Signaleert u bij uw kind voor hem/haar bekende lichaamssignalen die het
voorteken zijn voor benauwdheid?

Start met 2 pufs
Goed herstel na 10-15 min?

nee

Start acuut schema blz 14.

ja

à 3 uur 2 pufs (gedurende
24 uur) en 's nachts alleen
indien Uw kind wakker is.
Goed herstel?

nee

Neem contact op met huisarts.

ja

Daarna: 4 x daags 2 pufs
(gedurende 24 uur) en 's nachts
indien Uw kind wakker is.
Goed herstel?

nee

Neem contact op met huisarts.

ja

Daarna: 2 x daags 2 pufs
(gedurende 24 uur).

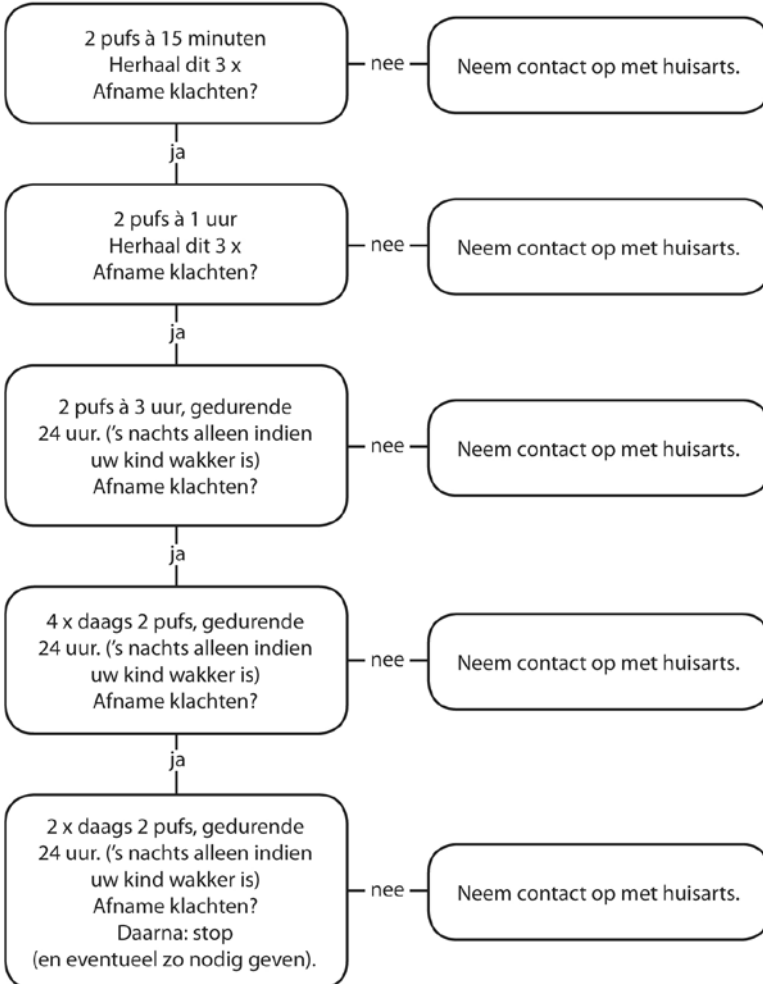
nee

Neem contact op met huisarts.

ja

Daarna: stop (en eventueel zo
nodig geven).

Medicatieschema bij acute benauwdheid, 'Salbutamol'-acuut-schema' (= blauwe puf)



Afbouwschema Salbutamol (= blauwe puf) ná ziekenhuisopname

Dag 1&2: 4 x daags 2 pufs: +/- 08.00 – 12.00 – 16.00 – 20.00

Dag 3&4: 3 x daags 2 pufs: +/- 08.00 – 14.00 – 20.00

Dag 5&6: 2 x daags 2 pufs: +/- 08.00 – 20.00

Vanaf dag 7 Stop Salbutamol.

Attentie:

Voor 2 pufs geldt: eerst 1 puf (dan 10x in en uit ademen), daarna opnieuw schudden en dan pas de tweede puf (en weer 10x in en uit ademen).

Attentie:

Voor alle dagen geldt: als uw kind wakker is mag u uw kind ook eventueel 's nachts bij klachten 2 pufs Salbutamol geven.

Vanaf dag 7 hoeft u dit medicijn alleen nog te puffen bij uw kind, indien hij of zij opnieuw klachten heeft. Wees hierbij alert op lichaamssignalen en uitlokkende prikkels!

Bij gelijktijdig gebruik van een luchtwegverwijder en een ontstekingsremmer: eerst de luchtwegverwijder en na toen à vijftien minuten de ontstekingsremmer inhaleren.

Heeft u het gevoel dat uw kind onvoldoende opknapt? Neem dan contact op met uw huisarts.

Vragen?

Heeft u nog vragen of behoefte aan meer informatie, neemt u dan gerust contact op met:

Polikliniek Kindergeneeskunde Arnhem, kinderlongverpleegkundige:

Telefoonnummer 088 - 005 77 82

Kindercentrum Rijnstate Arnhem, unit infectieziekten:

Telefoonnummer 088 - 005 89 22

Polikliniek Kindergeneeskunde Rijnstate Zevenaar:

Telefoonnummer: 088 – 005 97 04

Bij Rijnstate kunt u telefonisch en voor de meeste specialismen via www.rijnstate.nl uw afspraak maken.

Rijnstate,
uw ziekenhuis in de regio
Arnhem, Rheden en De
Liemers.

 @rijnstate

 facebook.com/rijnstate

Rijnstate

Postbus 9555

6800 TA Arnhem

T 088 - 005 8888

E info@rijnstate.nl

www.rijnstate.nl