

Informatie over Astma

Ongeveer 5 tot 15 procent van de kinderen in Nederland heeft in meer of mindere mate last van astma. Bij astma zijn de luchtwegen vaak ontstoken en daardoor vernauwd. De gevolgen zijn onder meer kortademigheid, een piepende ademhaling en hoesten. Kinderen met astma hebben erg prikkelbare luchtwegen. Ook zijn ze vaak allergisch voor stof, stuifmeel of dieren. Astma en allergieën kunnen erfelijk zijn. Meestal verminderen de klachten naarmate een kind ouder wordt. In een aantal gevallen, bij een ernstige vorm van astma of bij ernstige longproblemen, kan astma ook op latere leeftijd blijven bestaan of terugkomen. Kinderen van rokende ouders hebben op latere leeftijd vaker astma.

Intake en onderzoek

Tijdens een observatie wordt de ademmotoriek beoordeeld, naast de algehele motoriek en houding. Ook worden eventuele compensaties in kaart gebracht. Daarnaast kunnen het ademvolume en de conditie en/of spierkracht worden gemeten.

Behandeling

Voldoende bewegen is erg belangrijk. Door inspanning kunnen kinderen benauwd worden, dit is vaak erg spannend, maar juist door te bewegen kunnen de klachten gaan verminderen. Dit zal een verbeterde conditie en/ of spierkracht tot gevolg hebben.

Om dit te bewerkstelligen zal de therapie aangepast worden op de hulpvraag en de bevindingen in het onderzoek. De volgende deelgebieden kunnen onderdeel zijn van de behandeling:

- Problemen met inspanning en/of angst voor bewegen in relatie tot beperkingen in activiteiten en participatieproblemen
- Verminderde ademvoorwaarden
- Problematische sputumklaring (ophoesten van slijm)
- Problemen in de therapietrouw en/of het zelfmanagement
- Er wordt in overleg met het kind en/of ouders individuele behandeldoelen en een behandelplan opgesteld.

Astma is niet te genezen, maar door goede behandeling kunnen klachten vaak wel onder controle gehouden worden. De kinderfysiotherapeut kan hierbij helpen. Je wilt natuurlijk dat jouw kind zo min mogelijk last heeft van zijn of haar klachten. Bij astma is er een ontsteking in de luchtwegen, dat zorgt voor een verminderde conditie benauwdheid. Dit kan leiden tot een vicieuze cirkel: doordat het kind benauwd is beweegt het minder en gaat de conditie steeds meer achteruit waardoor de benauwdheid bij inspanning sneller aanwezig is. Daarom is het belangrijk dat het kind onder begeleiding van de kinderfysiotherapeut blijft bewegen, zodat sport en spel mogelijk blijven. Het herkennen van de symptomen, geeft je kind controle over de klachten. Op deze manier geeft het meer zelfvertrouwen, waardoor inspanning minder spannend word.