

# Astma

## Wat is...

Astma is een chronische ontstekingsziekte van de luchtwegen. Deze zijn prikkelbaar. De luchtwegen zijn opgezwollen door de ontsteking en produceren soms veel slijm. De klachten bestaan uit hoesten, kortademigheid en piepen. Inhalatiemedicatie kan verlichting geven. Vaak is er ook sprake van hooikoorts- en allergieklachten. Maar er zijn ook niet-allergische 'prikkelers' die een astma-aanval kunnen veroorzaken, zoals temperatuursverschillen, mist, tabaksrook, chloordamp en luchtvervuiling. Ook kunt u met astma benauwd worden door lichamelijke inspanning of stress.

Astma is (nog) niet te genezen. U moet 'prikkelers' die een astma-aanval kunnen oproepen zo veel mogelijk vermijden. Tegen de klachten kunt u medicijnen innemen. Bij lichte astma zijn luchtwegverwijdende medicijnen die kort werken meestal voldoende. Deze medicijnen ademt u in met een speciaal apparaatje (de inhalator).

Bij ernstige astma krijgt u ook ontstekingsremmende medicijnen. Deze medicijnen moet u elke dag inademen, ook als u geen aanval hebt. Verder kan fysiotherapie helpen om de ademhaling te verbeteren.

## Symptomen

Wanneer u astma heeft, kan het zijn dat u het regelmatig benauwd heeft. Een astma-aanval begint meestal met hoesten of een piepende ademhaling. Dit komt doordat de spieren rond de luchtwegen verkrampen en de slijmvliezen opzwellen. Dat maakt het ademen moeilijk.

## Oorzaken

Astma is een chronische ontstekingsziekte van de luchtwegen. Deze zijn prikkelbaar. De luchtwegen zijn opgezwollen door de ontsteking en produceren soms veel slijm. Vaak speelt allergie een rol; dat is echter niet bij iedereen het geval. Astma is vaak erfelijk. Als beide ouders astmatisch of allergisch zijn, is de kans veel groter dat een kind astma krijgt dan wanneer beide ouders gezond zijn.