



Was ist Asthma?.....	1
Wie entsteht Asthma?	1
Was kann einen akuten Asthma-Anfall auslösen?.....	2
Welche Beschwerden treten auf?	2
Welche Warnsignale gehen mit einem schweren Anfall einher?	2
Selbsthilfe	2
Wie stellt der Arzt die Diagnose?.....	2
Sport.....	2
Mögliche Folgen und Komplikationen	2
Medikamente bei Asthma und deren Wirkung	3

Asthma

Was ist Asthma?

Beim Asthma bronchiale handelt es sich um eine chronische Entzündung und Überempfindlichkeit der Atemwege mit wiederholten Anfällen von Atemnot, Husten und Kurzatmigkeit.

Ursache ist eine Überempfindlichkeit der Atemwegsschleimhaut auf verschiedene Reize. Bei einem Asthma-Anfall schwillt die Bronchialschleimhaut an. Eine oftmals zusätzlich vermehrte Schleimproduktion verengt die Atemwege weiter. Zusätzlich zieht sich die Muskulatur der kleineren Atemwege (Bronchien und Bronchiolen) krampfartig zusammen. Durch diese Vorgänge wird die Luftversorgung zur und von der Lunge verringert oder verhindert.

Asthma bronchiale betrifft alle Altersklassen. Mit 50 Prozent sind jedoch Kinder unter zehn Jahren - vorwiegend Jungen - besonders stark vertreten. Bei erwachsenen Asthmakranken sind Frauen häufiger als Männer betroffen.

Wie entsteht Asthma?

Rund 20 Prozent aller Asthmafälle werden durch Äussere Reize wie Pollen, Hausstaub oder Tierhaare hervorgerufen. Auch Entzündungen der Atemwege führen können zu Asthma führen. Ein weiterer Teil der Patienten leidet unter Belastungsasthma, das bei körperlicher Anstrengung auftritt.

Die auslösenden Reize lassen sich in zwei Haupt- und weitere Gruppen einteilen:

- Unspezifische Reize: Alle Asthmatiker werden von einer Reihe von Reizen beeinflusst (Auslöserreize). Dazu gehören: körperliche Anstrengung, Kälte, Zigarettenrauch, Parfums und Luftverschmutzung.
- Spezifische Reize sind: Pollen, Staub, Tierhaare, Schimmel und einige Lebensmittel. Diese Reize werden auch Allergene genannt.

Darüber hinaus können weitere Faktoren einen Asthma-Anfall auslösen: etwa eine von Viren oder Bakterien hervorgerufene Entzündung der Atemwege, chemische Dämpfe oder andere Schadstoffe am Arbeitsplatz.



Was kann einen akuten Asthma-Anfall auslösen?

- Körperliche Anstrengung
- Kälte
- Zigarettenrauch
- Luftverschmutzung, Nebel, Chemikalien am Arbeitsplatz

Welche Beschwerden treten auf?

- Atemnot und Kurzatmigkeit
- Pfeifendes, zischendes Geräusch beim Ausatmen: das Giemen Hustenanfälle besonders während der Nacht mit aufgehustetem, zähflüssigem Schleim

Welche Warnsignale gehen mit einem schweren Anfall einher?

- Bläulich gefärbte Haut und schnappende Atmung
- Erschöpfung bis zur Unfähigkeit zu sprechen
- Verwirrtheit und Rastlosigkeit
- Inhalationsmedikamente verlieren ihre übliche Wirkung.

Selbsthilfe

- Vermeiden Sie Reizstoffe, gegen die Sie allergisch sind.
- Nehmen Sie die vom Arzt verordneten Medikamente zur Vorbeugung von Asthmaanfällen, auch wenn Sie sich gesund fühlen!
- Finden Sie heraus, unter welchen Umständen der Anfall auftritt, und versuchen Sie diese Situationen zu vermeiden.
- Falls Sie trotzdem einen schweren Asthma-Anfall haben, sollten Sie sofort den Notarzt verständigen.
- Trinken Sie reichlich Flüssigkeit, um den Schleim dünnflüssiger zu machen.

Wie stellt der Arzt die Diagnose?

Die Diagnose wird mittels einer Lungenfunktionsuntersuchung gestellt. Zusätzlich kann der Arzt Blutproben entnehmen und führt Hauttests zur Überprüfung einer möglichen Überempfindlichkeit gegenüber bestimmten Stoffen durch.

Sport

Treiben Sie Sport. Falls durch die Anstrengungen Beschwerden ausgelöst werden, empfiehlt es sich, die vom Arzt verordneten Medikamente ein paar Minuten vor der physischen Belastung einzunehmen. Schwimmen eignet sich am besten für Asthmatiker. Die Hauptsache ist jedoch, dass Sie sich überhaupt in Form halten.

Mögliche Folgen und Komplikationen

Die Beschwerden können durch eine Behandlung und durch vorbeugende Massnahmen unter Kontrolle gehalten werden. Bei der Hälfte aller erkrankten Kinder klingt das Asthma mit dem Ende der Pubertät wieder ab. Falls Sie rauchen, sollten Sie damit aufhören, da Sie sonst dem Risiko einer Raucherlunge (Chronische Bronchitis mit Atembehinderung) ausgesetzt sind. Schwere Anfälle können ohne die notwendige Behandlung lebensgefährlich sein.



Medikamente bei Asthma und deren Wirkung

- Bronchien erweiternde Sprays (Beta₂-Agonisten) mit sofortiger kurz -Wirkung: Sie führen zu einer raschen spürbaren Erweiterung der Atemwege durch die Entspannung der Atemwegsmuskulatur.
- Bronchien erweiternde Sprays (Beta₂-Agonisten) mit sofort einsetzender Langzeitwirkung: Auch sie entspannen die Muskulatur.
- Theophylline (Tabletten): Bronchien erweiternde Mittel mit langzeitiger Wirkung
- Kortisonhaltige Sprays: Diese bremsen die Entzündung und die allergische Reaktion. Dadurch erholt sich die Lunge. Die Wirkung von Kortison ist nicht sofort spürbar, aber durch Kortison wird die eigentliche Erkrankung behandelt.
- Cromoglycinsäure (Spray): kann die allergischen Reaktionen dämpfen oder verhindern
- Leukotrienantagonisten (Tabletten): Bremsen die Entzündung und die allergische Reaktion, dadurch kann sich die Lunge erholen. Die Wirkung ist nicht sofort spürbar, aber die eigentliche Erkrankung wird behandelt.