

Benaauwdheid kun je zien, horen en voelen

Als uw kind benauwd wordt, is het belangrijk dat u zo goed mogelijk reageert. De volgende stappen helpen u daarbij:

1. **Probeer kalm te blijven**

Als u angstig of onrustig bent kunt u deze onrust overbrengen op uw kind waardoor uw kind nog benauwder kan worden.

2. **Kijk en luister goed naar uw kind**

De eerste signalen van een benauwdheid zijn over het algemeen:

kuchen, hoesten en/of piepen, toenemend snel ademen (soms ook een snelle hartslag). Het kind is humeurig, onrustig en/of moe (wil niet spelen/slapen). Wordt 's nachts wakker door astmaklachten. Eten en drinken gaat vaak moeizaam.

Signalen van ernstige benauwdheid zijn:

- Het gebruik van hulpademhalingspijpen: intrekken van de borstkas tussen de ribben of in het kuiltje in de hals bij inademing, bewegen neusvleugels.
- Piepen, ook in rust.
- Buikpijn en vaak ook braken tijdens een aanval.
Dit komt door het vele hoesten en het gebruik van de hulpademhalingspijpen (vooral bij jonge kinderen) vaak voor.
- Moeite met praten door benauwdheid (kan maar 1-2 woorden zeggen tussen 2 ademdeugen).
- Een voorkeur voor een bepaalde (zittende) houding. Benauwde kinderen zitten meestal in elkaar gedoken of leunen juist rechtop (met opgetrokken schouders) op hun armen en hebben vaak een oppervlakkige, snelle ademhaling.
- Is onrustig of angstig van/door benauwdheid of opvallend stil
- Luchtwegverwijder helpt niet/onvoldoende of korter dan 3 uur

3. **Geef een luchtwegverwijder Salbutamol (blauwe puf)**

Geef 4 pufjes (puf voor puf!) van de luchtwegverwijder (het medicijn wat de arts heeft voorgeschreven in geval van benauwdheid). Werkt het medicijn maar kort / onvoldoende:

Geef dan binnen een kwartier 1x opnieuw 4 pufjes (puf voor puf) van de luchtwegverwijder. Geef daarna de luchtwegverwijder indien nodig maximaal iedere 3 uur 2-4 puf (puf voor puf!).

Let op, waarschuw een arts als:

- de benauwdheid binnen 3 uur weer aanwezig is.
- u na 2 dagen (48 uur) 2-4 pufjes van een luchtwegverwijder geeft en nog niet kunt afbouwen!

4. Blijf naar u kind kijken en schrijf medicijnen op
Noteer de tijd, het effect en de juiste hoeveelheid van het medicijn. Heeft het medicijn effect dan gebeurt dit binnen 10 minuten.
5. Neem prikkels weg
Kijk eens rond of er dingen aanwezig zijn die de oorzaak van de benauwdheidsaanval kunnen zijn. Heeft u iets gevonden, neem deze prikkel dan weg (kat, hond) of ga weg uit bijvoorbeeld een rokerige ruimte.
6. Zorg voor ontspanning
Zoek samen afleiding; bijvoorbeeld voorlezen, geef eventueel wat water te drinken, blijf kalm.
7. Juiste houding
Zorg dat uw kind een houding aanneemt waarin uw kind het meest ontspannen is en het best kan ademen.
8. Blijf kijken
Ondertussen blijft u goed kijken hoe uw kind reageert op de luchtwegverwijder, de dokter zal ernaar vragen! Wordt de aanval inderdaad minder?
Heeft het medicijn effect, dan gebeurt dit meestal binnen 10 minuten.
9. Schrijf klachten op
Houd een klachtendagboek bij vanaf het moment dat uw kind zich niet prettig voelt. Noteer hoe u merkt dat uw kind benauwd is (of wordt) en wanneer uw kind een luchtwegverwijder heeft ingenomen. De kinderarts en de astmaconsulent zullen ernaar vragen.

Laat uw kind tijdens een astma-aanval nooit alleen en let op het volgende:

- U hoeft uw kind niet wakker te maken voor het geven van een luchtwegverwijder. Als uw kind benauwd is, wordt het uit zichzelf wakker.
- Zorg ervoor dat u er altijd ervan overtuigd bent dat uw kind op een goede manier heeft geïnhaled en controleer of er wel (voldoende) pufjes in het spuitbusje zitten.
- Als het inhaleren niet goed gegaan is doe het dan gerust nog eenmaal opnieuw.
- Geef de luchtwegverwijder bij ernstige benauwdheid bij voorkeur met behulp van een voorzetskamer.
- Van de luchtwegverwijder mag maximaal 8x per dag 2-4 pufjes, iedere 3-4 uur gegeven worden, gedurende maximaal 2 dagen.

Wanneer (huis)arts waarschuwen:

- Als de benauwdheid niet afneemt/of binnen 3 uur teruggekomen is.
- Als u al 2 dagen (48uur) 2-4 pufjes van een luchtwegverwijder om de 3 uur geeft en u van mening bent dat u nog niet kunt gaan afbouwen.

Vragen

Heeft u nog vragen of behoefte aan meer informatie, neemt u dan gerust contact op met Marga Damhuis, de astmaconsulent voor kinderen. Zij is bereikbaar op maandagochtend, woensdag en donderdag de gehele dag via de poli kindergeneeskunde, telefoonnummer 0513 - 685 405. U kunt uw vraag ook stellen via Mijntjongerschans.

Grip op uw zorg via Mijntjongerschans

Mijntjongerschans.nl is het patiëntenportaal van ziekenhuis Tjongerschans. Dit portaal is bereikbaar voor alle patiënten die zijn ingeschreven bij Tjongerschans. Na het inloggen op www.mijntjongerschans.nl met DigiD met sms-verificatie of via de DigiD app heeft u toegang tot uw medische gegevens. U kunt hier ook afspraken maken, een vraag stellen, vragenlijsten invullen en uitslagen bekijken.

DISCLAIMER

Wij adviseren u bij uw bezoek aan de polikliniek en bij opname zo min mogelijk geld, sieraden, dure kleding en andere zaken van (emotionele) waarde mee te nemen naar het ziekenhuis. Het ziekenhuis aanvaardt geen aansprakelijkheid voor schade aan of verlies van dergelijke zaken.