

## ASTMA EN INSPANNINGSASTMA

Astma is de meest voorkomende chronische aandoening bij kinderen. De prevalentie van astma ligt tussen de vijf en tien procent. Astma treedt aanvalsgewijs op en zorgt voor een ontsteking in de luchtpijptakjes. De ontsteking kan ontstaan doordat het kind gevoelig is voor inspanning, rook, mist, stof, kou of virale infecties. Kinderen jonger dan 6 jaar hebben vooral een piepende ademhaling en moeten veel hoesten. Kinderen ouder dan 6 jaar hebben last van aanvalsgewijze kortademigheid en piepen. Veel kinderen met astma hebben daarbij een verminderde conditie.

Ongeveer de helft tot twee/derde van de kinderen 'groeit eroverheen'. De kans blijft dat astma opnieuw terug komt. De oorzaak van astma is nog steeds niet gevonden. Daarom wordt de therapie gericht op preventie en remmen van de ontsteking zodat het kind zo normaal mogelijk kan leven. Bij 40-90 procent van de kinderen met astma is er daarnaast sprake van inspanningsastma. Deze kinderen ervaren klachten tijdens of na het sporten. Klachten kunnen zijn pijn op de borst, benauwdheid, verminderd uithoudingsvermogen of hoesten.

### ONDERZOEK

Het onderzoek van kinderen met astma bestaat uit

- Het beoordelen van de ademfrequentie in rust
- Het beoordelen van het adempatroon in rust en tijdens inspanning
- Het bekijken of het kind ademt met zijn hulpademhalingspijpen
- Het beoordelen van het hoesten
- Het beoordelen van de buik- en rugspierkracht
- Het meten van de borstkasomvang om te kijken of deze een andere vorm heeft aangenomen door het ademen
- Indien nodig kunnen er inspanningstesten worden afgenomen en vragenlijsten worden ingevuld over benauwdheid.

### BEHANDELING

De behandeling hangt af van de ernst van de klachten. De behandeling kan zich richten op:

- Het verbeteren van het adempatroon tijdens rust en inspanning
- Het aanleren van een goede hoesttechniek
- Het verbeteren van de kracht van de buik en rugspieren
- Het verbeteren van de conditie
- Adviezen geven over welke sport wel en niet geschikt is bij kinderen met astma

### BEHANDELDUUR

Gemiddeld, afhankelijk van de ernst, duurt de therapie tussen de drie en zes maanden.

### KOSTEN

De kosten worden vergoed door de zorgverzekeraar indien uw kind verzekerd is. Voor behandeling is een verwijzing van een arts noodzakelijk.

Heeft u vragen, bent u geïnteresseerd of fysiotherapie uw kind kan helpen of wilt u een afspraak maken? Neem dan contact met ons op onder tel. nr. 0229-215615 of via [info@fysiohoorn.nl](mailto:info@fysiohoorn.nl).