



APOTHEKE WYSS

## Gesundheitstipp:

# A S T H M A

### **Allgemeines:**

Asthma ist eine chronische Krankheit, die immer auf eine Entzündung der Atemwege zurückzuführen ist. Ihr wichtigstes Merkmal, die Atemnot, tritt jedoch akut, d.h. plötzlich und anfallsartig auf. Ein Asthmaanfall kann sehr schnell, innerhalb von wenigen Minuten entstehen. Häufig entwickelt er sich aber langsamer über Stunden oder Tage.

Der Asthmaanfall wird durch eine Verkrampfung und Verengung der Bronchien (Luftröhren in der Lunge) verursacht. Diese Verengung, auch Bronchospasmus genannt führt dazu, dass die Atemluft nicht frei ein- und ausströmen kann. Dadurch entsteht das Gefühl der Atemnot.

### **Allergisches Asthma:**

Allergie und Asthma werden häufig in einem Atemzug genannt, da Allergien zu den wichtigsten Ursachen des Asthma zählen. Allergene (das sind Stoffe, die eine Allergie auslösen) werden eingeatmet und können zu einem Bronchospasmus führen. Zusätzlich werden wie bei einer Allergie Entzündungsprozesse ausgelöst, die zu einer Schwellung der Schleimhaut in der Lunge führt. Allergische Reaktionen können nicht nur in der Lunge stattfinden. Die Zahl der allergischen Erkrankungen ist weltweit im Steigen begriffen, und damit natürlich auch die Zahl der an allergischem Asthma leidenden Menschen.

### **Berufsbedingtes Asthma:**

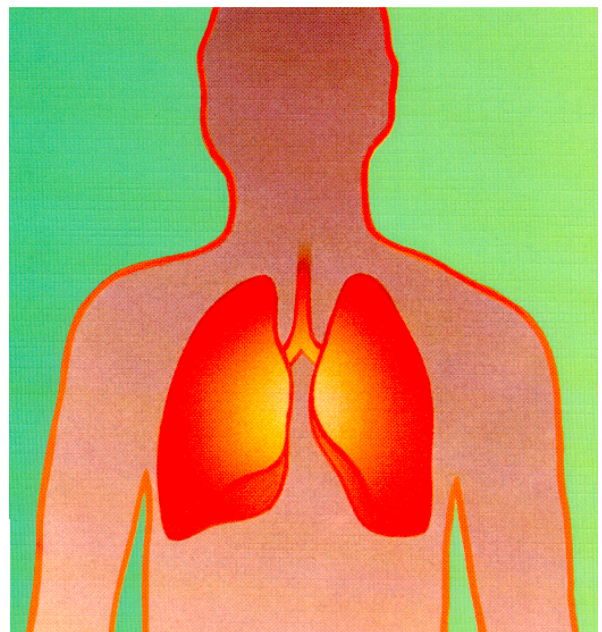
Da man grundsätzlich auf die verschiedensten Stoffe allergisch reagieren kann, ist es kein Wunder, dass Asthma auch im Beruf oft eine grosse Rolle spielt. Davon betroffen sind vor allem Menschen, die mit reizenden Stoffen in Kontakt kommen. Dazu gehören zum Beispiel Bäcker, Holzarbeiter, Gärtner, Bauern, Coiffeur, Chemiker usw.

### **Infektasthma:**

Das Infektasthma ist überwiegend eine Erkrankung des erwachsenen Menschen – im Gegensatz zum allergischen Asthma, das am häufigsten im Kindesalter, vor allem zwischen dem 3. und 6. Lebensjahr beginnt. Infekte können durch den entzündlichen Reiz die Lungenschleimhaut schädigen. Das ganze Bronchialsystem ist überempfindlich. Ganz genau hat man die Entstehung dieser Asthmaform aber nicht erklären können.

### **Anstrengungsasthma:**

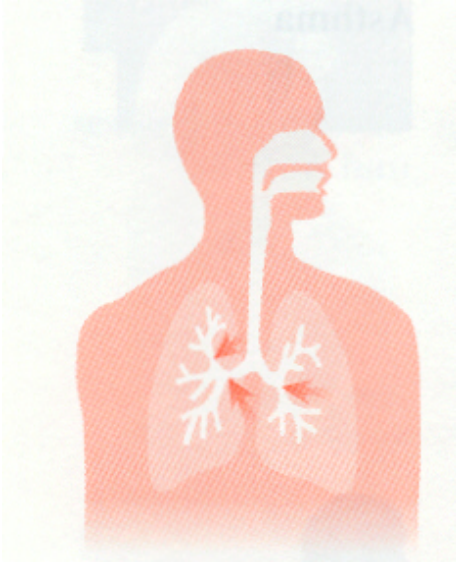
Diese Art Asthma zeigt sich unter körperlicher Belastung. Schnelles Atmen in kalter Luft begünstigt den Anfall. Das schnelle Atmen während der Anstrengung führt zu einer Reizung der Bronchien, was zu einem Krampf und zu einer Verengung führen kann. Dennoch braucht man nicht auf Sport zu verzichten, wenn man unter Anstrengungsasthma leidet. Insbesondere Schwimmen ist eine Sportart, die besonders geeignet ist. Ausserdem gibt es vorbeugenden Medikamente, welche die Atemnot verhindern helfen.



## Behandlung des Asthma:

Wichtigste Therapie ist wenn immer möglich das Vermeiden der Asthmaauslöser oder derjenigen Stoffe, welche die Allergie auslösen. Dadurch lassen sich Medikamente einsparen. Bei der Behandlung des chronischen Asthma gibt es zwei wichtige Prinzipien:

- Akute Anfall: Atemnot rasch beseitigen, neuen Anfall verhindern
- Dauerbehandlung: Beschwerdefreies Atmen, Anfälle vorbeugen, Überempfindlichkeit des Bronchialsystems herabsetzen



### **Entzündungshemmende Medikamente:**

Von allen verfügbaren Medikamenten hat Cortison die stärkste entzündungshemmende Wirkung. Der grosse Vorteil in der Asthmatherapie besteht darin, dass man Kortison mit einem Dosieraerosol oder einem Pulverinhalator direkt in der Lunge verteilen kann. Es gelangt dorthin, wo es auch wirken soll. Deshalb reicht auch eine relativ kleine Dosis für eine gute Wirkung. Entsprechend sind auch die Nebenwirkungen sehr gering.

### **Bronchienerweiternde Medikamente:**

Diese Medikamente führen zu einer Erschlaffung der Bronchialmuskulatur, was zu einer Erweiterung der Luftröhren führt. Wegen ihrer schnellen und zuverlässigen Wirkung auf die verengten Atemwege werden diese Asthamittel am meisten verordnet. Im Gegensatz zum Kortison bekämpfen diese Medikamente nicht die Ursache, das heisst die Entzündung, sondern nur den Bronchospasmus (Verengung). Sie verhindern Atembeschwerden, wenn man sie regelmässig einnimmt und können so auch eine vorbeugende Wirkung haben.

Häufig werden die beiden oben erwähnten Medikamentengruppen miteinander kombiniert.

### **Was tun, wenn es zu einem Anfall kommt?**

- Anfall frühzeitig erkennen und Stärke richtig einschätzen
- Mit Hilfe eines Peak-Flow-Meters (Atemflussgerät – ein Hilfsmittel für die Lungenfunktionsprüfung) die Stärke eines Anfalles bestimmen.
- Einnahme der Notfallmedikamente, wie vom Arzt verordnet.
- Bei einem schweren Anfall suchen Sie sofort einen Arzt oder das Krankenhaus auf.
- Je früher man etwas gegen einen Anfall unternimmt, desto besser kann man ihn abfangen.
- Korrektes Inhalieren! Wie man die unterschiedlichen Medikamente richtig inhaliert, zeigen wir Ihnen gerne in der Apotheke.

Falls Sie Fragen zu Allergien und Asthma haben und gerne eine umfassendere Beratung wünschen, helfen wir Ihnen gerne in der Apotheke persönlich weiter.

Möchten Sie regelmässig von uns über Themen der Gesundheit informiert werden, können Sie sich auch im Internet unter <http://www.apotheke-wyss.ch> registrieren lassen.

Wir wünschen Ihnen gute Gesundheit

Roland und Philipp Wyss