

Benauwdheid kun je zien, horen en voelen!!

Wat kunt u zelf doen als uw kind plotseling
ernstig benauwd is?

Informatie voor ouders/verzorgers

Wanneer 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/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 hulpadem - halingspijpen (vooral bij jonge kinderen) vaak voor.
- Moeite met praten door benauwdheid (kan maar 1-2 woorden zeggen tussen 2 ademteugen).
- 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 / on voldoende 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.

- als u na 2 dagen (48u) 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 ademhalen.

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!

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 voorzetkamer.
- 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.

Bij twijfel altijd bellen !!!

Vragen

Heeft u nog vragen of behoefte aan meer informatie, neemt u dan gerust contact op met Marga Damhuis, de astmaconsulent voor kinderen.

Bereikbaar op maandagochtend, woensdag en donderdag de gehele dag, telefoonnummer 0513-685519, of per E-mail:

margadamhuis@tjongerschans.nl

Ruimte voor vragen

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

