



# Wat is astma?

**Astma is een chronische longziekte die zich kenmerkt door aanvalsgewijze benauwdheid. Vaak komt astma in bepaalde families voor en is er een samenhang met allergie. Het wordt veroorzaakt door een specifieke ontstekingsreactie in de luchtwegen.**

## Diagnose en behandeling

De huisarts bespreekt met u de klachten en verwijst u naar de praktijkondersteuner voor een longfunctieonderzoek. Op basis van deze gegevens stelt de huisarts de diagnose. De praktijkondersteuner stelt met u een zorgplan op en maakt met u vervolgfafspraken. In samenwerking met de apotheker wordt uitgelegd hoe de inhalatiemedicatie het beste gebruikt kan worden. De fysiotherapeut en de diëtist hebben een rol in de behandeling. Indien nodig zal de huisarts u ook naar hen verwijzen.

# Behandeling van astma

## Huisarts

Het doel van de behandeling is het afwezig zijn van klachten en beperkingen (piepen en hoest) en een normale longfunctie. Bij de controle wordt gekeken of de behandeldoelen zijn behaald en of aanpassing van de behandeling nodig is. Soms is de diagnose moeilijk te stellen. U wordt dan verwezen naar de longarts voor uitgebreider onderzoek.

## Praktijkondersteuner

Uw centrale aanspreekpunt is de praktijkondersteuner. Deze is opgeleid om patiënten met astma te begeleiden. Na het stellen van de diagnose en als de behandeling van astma goed is ingesteld is er verdere begeleiding door de praktijkondersteuner. Afhankelijk van de ernst van de astma komt u één tot twee keer per jaar bij de praktijkondersteuner. Soms is het nodig om de longfunctie te controleren. Vaak zal de praktijkondersteuner een vragenlijst gebruiken ter ondersteuning.

## Apotheker

De apotheek levert u de genees- en hulpmiddelen voor de behandeling van astma. Ook controleert de apotheek of de voorgeschreven geneesmiddelen samen gebruikt mogen worden met andere geneesmiddelen die u gebruikt. De resultaten van deze controle koppelt de apotheek terug aan u en uw huisartsenpraktijk. De apotheek geeft u informatie over het gebruik van uw medicatie. Meestal wordt bij astma inhalatiemedicatie gebruikt. Belangrijk is dat deze medicijnen op de juiste wijze worden gebruikt. De apotheek en de praktijkondersteuner besteden hier veel aandacht aan.

## Fysiotherapeut

Bewegen is gezond, zeker bij mensen met astma. Als door de ernst van de astma de normale wijze van bewegen of sporten niet mogelijk is, kan de fysiotherapeut u adviezen geven en begeleiden. Ook indien overgewicht een rol speelt bij de astma, kan extra bewegen belangrijk zijn.

## Diëtist

Als er naast astma ook sprake is van een voedselallergie, overgewicht of andere voedingsvragen, is het verstandig om naar de diëtist te gaan. De diëtist adviseert u over de juiste samenstelling van uw voeding in uw persoonlijke situatie. Hierdoor verbetert uw kwaliteit van leven.

## Uw inspanning

De behandeldoelen uit het individuele behandelplan worden regelmatig met u besproken. Zo nodig worden deze in overleg met u aangepast. Roken heeft een zeer nadelige invloed op de astma en roken vergroot de kans op blijvende longschade.

## Kosten

De kosten van de huisarts, de praktijkondersteuner, de apotheek en de diëtist worden vergoed uit de basisverzekering. De overige kosten van behandelingen en medicijnen kunt u bij uw zorgverzekeraar opvragen.

<sup>1</sup>Waar praktijkondersteuner staat kan ook praktijkverpleegkundige worden gelezen.