

### Was ist Asthma bronchiale?

Asthma bronchiale ist eine **chronische, entzündliche Erkrankung der Atemwege**. Es ist charakterisiert durch eine **Überempfindlichkeit gegen Reize, die über eine Verengung der Bronchien zu Anfällen von Atemnot führen**. Zu den Symptomen gehören auch **Husten und pfeifende Atemgeräusche**.

**Es gibt allergische und intrinsische (nicht allergische) Asthmaformen**. Allergisches Asthma gehört zusammen mit Heuschnupfen und Neurodermitis zu den Krankheiten des **atopischen Formenkreises**. Diese sind dadurch gekennzeichnet, dass das Immunsystem auf bestimmte **äußere Reize überreagiert**. Bei den Allergieauslösern kann es sich zum Beispiel um **Pollen, Tierhaare oder Hausstaubmilben** handeln.

Die Therapie besteht in der Behandlung mit **entzündungshemmenden und falls nötig mit bronchienerweiternden Medikamenten**. Besteht eine Überempfindlichkeit gegen bestimmte Allergieauslöser, wie Tierhaare, sollten diese gemieden werden. So lassen sich die Atemnotanfälle häufig vermeiden.

**Bei Asthma kommen zwei Dinge zusammen**: Erstens eine **Veranlagung**, die dazu führt, dass die entzündeten Bronchien besonders empfindlich auf bestimmte Reize reagieren und zweitens **äußere Auslöser**, wie zum Beispiel Allergene, Atemwegsinfekte oder kalte Luft, welche die typischen Atemnotanfälle hervorrufen können.

Die asthmatische Entzündung der Atemwege führt zu einer **Schwellung der Schleimhaut, einer Verkrampfung der Bronchialmuskulatur und einer gesteigerten Produktion von Schleim in den Bronchien**. Dies behindert die Atmung. **Charakteristischerweise ist die Ausatmung betroffen und es entstehen pfeifende und brummende Atemgeräusche (so genanntes Giemen, auf Englisch "wheezing")**. In schweren Fällen bleibt vorübergehend nach jedem Atemzug etwas mehr Luft in den Lungen als normal, weshalb sie sich zunehmend aufblähen.

### Asthmaformen

Mediziner unterscheiden zwei Hauptformen von Asthma: **Zum einen das allergische Asthma, auch extrinsisches Asthma genannt und zum anderen das intrinsische Asthma, früher auch nicht-allergisches Asthma genannt**. Wichtig: Nicht alle Asthma-Erkrankungen lassen sich eindeutig der einen oder anderen Form zuordnen – es gibt auch Mischformen!

#### ⇒ Allergisches Asthma

Wie der Name schon andeutet, entsteht allergisches Asthma durch eine **allergische Reaktion**. Auslöser sind bestimmte Stoffe, die so genannten Allergene, wie beispielsweise **Pollen von Pflanzen, Hausstaubmilbenkot oder Tierhaare**. Dem allergischen Asthma liegt eine **erbliche Veranlagung** zu Grunde. Es setzt **oft bereits in der Kindheit oder Jugend** ein.

#### ⇒ Intrinsisches (nicht allergisches) Asthma

##### • Infektbedingt

Infektionen, die **meist viral bedingt sind, machen die Atemwege anfällig und lösen eine Atemwegsentzündung** aus, die zur Verkrampfung der Bronchien, Verschleimung, Husten und Atemnot führt. Anfangs verschwindet das Asthma nach dem Abklingen der Erkältung, jedoch wird es häufig im Laufe der Jahre chronisch.

##### • Medikamentös bedingt

Asthmakranke reagieren häufig auf bestimmte Medikamente wie beispielsweise **Schmerzmittel (Acetylsalicylsäure) oder Entzündungshemmer (so genannte nicht-steroidale Antiphlogistika)**. Dabei handelt es sich nicht um eine Allergie, sondern um eine **genetisch veranlagte Unverträglichkeit** von bestimmten Arzneimitteln, die jedoch für den Beobachter wie eine allergische Reaktion abläuft.

##### • Reaktion auf chemische oder giftige Stoffe

Bestimmte Reizstoffe aus der Umwelt (**Smog, Rauch, Staub, Dämpfe, Ozon**) können ebenfalls Asthma hervorrufen.

##### • Belastungsasthma

**Nicht optimal behandelte Asthmapatienten können auf körperliche Belastung mit einer Verkrampfung der Bronchien (Bronchospasmus) reagieren**. Der Bronchospasmus kann sowohl während der Belastung, als auch danach, wenn der Patient die körperliche Aktivität bereits beendet hat, auftreten.

## Risikofaktoren

- ⇒ Allergische Menschen, die an **Heuschnupfen, Neurodermitis oder Milchschorf** erkrankt sind oder waren, haben ein höheres Risiko für Asthma.
- ⇒ **Nikotin**: Rauchen ist Gift für die Atemwege und erhöht deren Anfälligkeit. Auch **Passivrauchen** steigert das Risiko für Atemwegserkrankungen. Darüber hinaus vermindert das Rauchen die Wirkung von Asthmamedikamenten.
- ⇒ **Atemwegsinfekte**: Häufige Atemwegsinfekte machen die Luftwege anfällig und können den Boden für Asthma bereiten.
- ⇒ **Geringes Gewicht bei der Geburt**: Diese Kinder leiden häufiger unter Asthma als normalgewichtige Neugeborene.
- ⇒ **Übergewicht und Bewegungsmangel im Kindesalter** erhöhen ebenfalls das Asthmarisiko.

**Der Begriff "Asthma" stammt aus dem Griechischen und bedeutet Keuchen.** Das weist bereits auf ein **wichtiges Symptom** hin: **Atemnot, die anfallartig und bevorzugt in der Nacht auftritt.** Zudem können **pfeifende oder brummende Geräusche** vorwiegend beim Ausatmen entstehen. Auch ein **chronischer Husten** kann auf Asthma hinweisen. Im akuten Anfall kann es auch zu **Herzrasen** (Tachykardie) und bei **massiver Atemnot zu einer bläulichen Verfärbung der Lippen und Haut** kommen. Dann ist schnellstes Handeln angesagt und es sollte unbedingt der Notarzt alarmiert werden! Die genannten Krankheitszeichen schwanken in ihrer Ausprägung und in ihrem Schweregrad. Weiterhin typisch ist für Asthma, dass die **Beschwerden völlig oder zumindest teilweise wieder abklingen** und zwar entweder von selbst oder nach Einnahme bestimmter Medikamente. Sie können aber jederzeit erneut wieder in Erscheinung treten. Nach einem beschwerdefreien Zeitraum kann es beispielsweise zu vorübergehenden Perioden mit Husten und Atemnot oder auch zu einem akuten Asthmaanfall kommen.

## Komplikationen

Eine gefürchtete Komplikation bei Asthma ist der **Status asthmaticus**, also der lebensbedrohliche Asthmaanfall, der sich nicht so einfach mit Medikamenten durchbrechen lässt und daher **über 24 Stunden und länger** anhält. Dabei kann es dazu kommen, dass der Gasaustausch in der Lunge versagt und der Asthmapatient nur noch ungenügend mit Sauerstoff versorgt wird. Bei schweren Asthmaanfällen mit starker Luftnot, die sich bei Gabe der vom Arzt verordneten Notfallmedikamente nicht rasch bessert, sollte man daher unbedingt den Notarzt rufen. Als Folge eines schweren Anfalls kann es auch zu einer Überblähung der Lungen kommen.

## Eine erfolgreiche Behandlung von Asthma ruht auf mehreren Säulen:

1. **Medikamente**, um die Beschwerden zu lindern und die Asthmaanfälle in den Griff zu bekommen
2. **Meiden der Auslöser** der Erkrankung (so weit möglich) und **Hyposensibilisierung** (falls im Einzelfall erfolgversprechend)
3. **Schulung** des Patienten
4. Ständige **Kontrolle** des Krankheitsverlaufs durch den Arzt und den Betroffenen

## Hilfe bei akuten Asthmaanfällen

1. **Ruhe bewahren**
2. **Notfallmedikamente** unverzüglich wie vom Arzt verordnet **inhalieren** (Achtung: Anzahl der insgesamt verabreichten Hübe notieren oder merken, da sie für den Notarzt relevant sein kann!)
3. Das Atmen lässt sich durch bestimmte **Körperhaltungen und Atemtechniken** erleichtern. Die Muskeln, die normalerweise die Arme an den Körper heranziehen, können in diesen Stellungen dabei helfen, den Brustkorb zu weiten. In Schulungen oder von Ihrem Arzt können sich Asthmatiker solche Haltungen und Techniken zeigen lassen.
4. **Falls nötig, einen Notarzt rufen** (insbesondere dann, wenn der Patient blau anläuft, er kaum noch sprechen kann, der Puls bei Erwachsenen mehr als 110 Schläge pro Minute beträgt oder die Beschwerden trotz der Eigenbehandlung nicht besser werden)
5. Wenn **nach zehn Minuten** noch keine deutliche Besserung eingetreten ist: **Erneut Notfallmedikamente inhalieren** und gegebenenfalls, falls von Arzt für diese Fälle verordnet, auch eine **Kortikosteroidtablette** einnehmen.

Informationen unter: <https://ginasthma.org/>