

Atemlos in der

Kinder, die an Asthma leiden, sind chronisch krank. Was gilt es im Schulalltag zu beachten, wenn Schülerinnen und Schüler an chronischen Krankheiten leiden?

Text* Sabine Egli-Rüegg, Ingrid Frölich, Regine Steinauer

60 Frölich quasselnd nehmen die Mädchen der 3a den Zwölf-Minuten-Lauf in Angriff. Kurze Zeit später gibt Mona schon auf. Sie kann nicht mehr. Doch die Lehrerin sieht keinen Grund für die Schlappmacherei. Sie weiss nicht, dass Mona Asthma hat. Und das Mädchen ist mit statistischer Wahrscheinlichkeit nicht die Einzige in ihrer Klasse. Jedes zehnte Kind leidet an Asthma. Es ist die häufigste chronische Krankheit im Kindes- und Jugendalter. Die kindlichen Atemwege sind dauernd entzündet, geschwollen und mit zähem Schleim belegt. Dies bedingt in der Regel eine regelmässige Inhalation von Medikamenten. Im akuten Anfall verengt sich die Bronchialmuskulatur, die Ausatmung wird behindert. Engegefühl, Husten oder Atemnot sind die Folgen. Der Einsatz eines Notfallmedikaments wird nötig. Auslöser für Anfälle können nebst Anstrengung unter anderem eine Erkältung oder Pollen sein.

Sport trotz Asthma

Asthma ist mit Medikamenten nicht heilbar, das ist die schlechte Nachricht. Die gute ist: Die Behandlung ist einfach, und aus unbekanntem Gründen «wächst» Asthma sich manchmal «aus». Ziel der Behandlung ist die Symptombefreiheit. Medizinisch gut betreute Kinder können maximale körperliche und geistige Leistungen erbringen. Sport ist für Asthma-Kinder sogar wichtig. Mona kann dabei ihre Atemmuskulatur stärken. Zu beachten ist: Das «Pümpli» für den Notfall ist immer und überall dabei. Manche Betroffene müssen vor körperlicher Anstrengung vorsorglich inhalieren. Eine langsame Belastungssteigerung im Rahmen einer Aufwärmphase hilft, Atemnot zu vermeiden. Kurze Anstrengungen sind besser als Dauerläufe. In angepasstem Tempo kann der Zwölf-Minuten-Lauf aber eine durchaus erfüllbare Anforderung sein. Auch für Mona. Ein Gespräch mit den Eltern hilft,

Unsicherheiten zu klären und Missverständnisse zu vermeiden. Rückmeldungen über Symptome können Hinweise dafür sein, dass die aktuelle Therapie optimiert werden muss.

Aufklärung ist entscheidend

Asthma ist aber nur eine von vielen gesundheitlichen Belastungen im Kindes- und Jugendalter. Auch bei anderen chronischen Krankheiten, Diabetes zum Beispiel, sind das genaue Wissen um die Krankheit, das Gespräch und der kompetente Umgang im Schulalltag entscheidend für den Krankheitsverlauf. Auch dann, wenn aus dem Fritzchen schon ein Fritz geworden ist. Das trifft auch für Kinder zu, die eine Krebskrankheit überstanden haben oder zum Beispiel unter einem angeborenen Herzfehler leiden. Die Erfahrungen, die chronisch kranke Kinder in der Schule machen, sind prägend. Ein offener Umgang mit der Krankheit sowie Verständnis helfen den Betroffenen, besser mit ihrem «Anderssein» leben zu können. Das nährt auch den Klassensengeist und wirkt integrativ. Das ist sehr wichtig, denn Jugendliche mit chronischen Krankheiten neigen im Vergleich zu ihren gesunden Kollegen eher zu riskantem Verhalten und leiden stärker unter den Folgen.

Das Modell «School Nurses»

Lehrpersonen müssen darüber informiert sein, wie es ihren Schülerinnen und Schülern gesundheitlich geht. Die Zusammenarbeit von Schule und Elternhaus ist von grösster Bedeutung für ein optimales Krankheitsmanagement. Nur so ist gewährleistet, dass Mona und Co. nicht benachteiligt sind. Das ist nebst allem, was Lehrerinnen und Lehrer auch noch im Auge behalten müssen, sehr anspruchsvoll. Deshalb brauchen sie fachliche Unterstützung. Pflegefachpersonen mit vertieftem Fachwissen könnten in Zukunft zur Entlastung der

Lehrpersonen und als Vermittlerinnen eingesetzt werden. Sie begleiten chronisch kranke Kinder durch die Schulzeit. In den USA, in England und andern Ländern hat sich das Modell der «School Nurses» bewährt. Sie beraten alle Beteiligten und vermitteln Schulungen für den Umgang mit der konkreten Krankheit. Von der Schramme bis zur Lausepidemie: Die School Nurses wissen Bescheid und vermitteln, wenn nötig, die richtigen Profis. School Nurses sind in die Schulorganisation eingebunden und unterstützen eine Kultur, in der Gesundheit mehr ist als die blosser Abwesenheit von Krankheit.

* Die Autorinnen sind drei Pflegefachfrauen, die zurzeit an der Universität Basel ein Master-Studium in Pflegewissenschaften absolvieren.

ASTHMA: WICHTIG ZU WISSEN

SYMPTOME: Pfeifende Atmung, Engegefühl um den Brustkorb, Atemnot; trockener, nicht ansteckender Reizhusten, häufig nachts; Tagesmüdigkeit; Unruhe als Folge der Medikamente.

THERAPIEZIEL: Möglichst frei von Symptomen, gute Lebensqualität; uneingeschränkte körperliche und geistige Leistungsfähigkeit; keine asthmapedingten Abwesenheiten in der Schule.

AUSLÖSER: Erkältungen; Staubmilben, Pflanzen, Pollen, Tierhaare, Pilzsporen; Rauch, Dämpfe; kalte Luft, Nebel, aufziehendes Gewitter.

LINKS: www.lungenliga.ch, www.llbb.ch, <http://prognose.bulletin.ch>, www.ahaswiss.ch

FAMILIENANGEBOT: KARIESSCHUTZ FÜR ALLE.



Mit dem elmex® Zahnpaste Programm erhalten alle Familienmitglieder genau die Kariesvorsorge, die sie brauchen. Die elmex® Kinderzahnpaste bietet Ihren Jüngsten Kariesschutz vom ersten Milchzahn bis zum Alter von rund 5 Jahren. Die elmex® Junior Zahnpaste für Kinder von 6–12 Jahren wurde speziell für die Phase des Zahnwechsels entwickelt, um den noch weichen Zahnschmelz der neuen, bleibenden Zähne zu härten. Und die elmex® Kariesschutz Zahnpaste hilft mit, dass Ihre Zähne ein Leben lang gesund bleiben. Alle elmex® Zahnpasten enthalten das hochwirksame Aminfluorid, das sich innert Sekunden am Zahnschmelz anlagert, ihn härtet und so widerstandsfähiger gegen Säuren macht. elmex® bietet optimalen Langzeitschutz und remineralisiert sogar die unter der Zahnoberfläche entstehenden Kariessstellen. Die sehr hohe Kariesschutz von elmex® wurde in über 400 Universitätsstudien wissenschaftlich nachgewiesen. Unser wissenschaftlicher Dienst gibt Ihnen gerne Auskunft: Telefon 061 725 45 45, www.elmex.ch
elmex®. Es gibt nichts Besseres für Ihre Zähne.