

Merkblatt Asthma: Inputs zu Asthma im Lager

Definition:

Als Asthma wird eine anfallsweise, unterschiedlich ausgeprägte Atemnot verstanden, die mehrere Ursachen hat. Die Atemnotzustände können durch allergische Substanzen (Tierhaar, Hausstaubmilben, Pollen ...), psychische oder klimatische Besonderheiten ausgelöst werden.

Erkennungszeichen:

- Grosse Atemnot (nach Luft schnappen, die Einatmung ist schnell und heftig, die Ausatmung verlängert – pfeifend)
- Angst
- Blauverfärbung des Gesichts

Massnahmen:

- Ruhe bewahren!
- Patient in sitzende Lage bringen (jmd. soll ihn von hinten den Rücken stützen, so dass der Brustkorb möglich senkrecht ist)
- Medikamente die ärztlich Verordnet wurden, verabreichen. (Meist ein Inhalierspray)
- Einengende Kleider lösen.
- Fenster öffnen.
- Wenn nötig lebensrettende Sofortmassnahmen durchführen.

Ärztliche Behandlung:

- Sofort in ärztliche Behandlung begeben.
- Bei den meisten AsthmatikerInnen ist so ein Anfall nicht lebensbedrohlich, klärt dies vor dem Lager ab mittels medizinischen Fragebogens ab!

Hyperventilation

Wenn ein Patient übermässig schnell atmet, atmet er zuviel Kohlendioxid aus und der Blutspiegel an Kohlendioxid nimmt ab.

Hyperventilation ist kein Asthma, kann aber durch die hervorgerufenen Symptome häufig eine Panikattacke verursachen:

- Atemlosigkeit, Luftnot
- Kribbeln an Händen und Mund
- Verkrampfung der Hände
- Leeregefühl im Kopf, Benommenheit

Massnahmen Hyperventilation

Um diese Symptome wieder los zu werden, muss der Blutspiegel an Kohlendioxid wieder angehoben und stabilisiert werden.

Dies kann erfolgen durch:

- Einatmen in eine Plastik- / Papiertüte
- Langsames Voratmen / Atemübung mit dem Patienten:
 - Beim Einatmen den Atem anhalten und bis 5 zählen
 - Ausatmen durch halbgeschlossene Lippen (langsam!) auch wieder bis 5 zählen
 - Diese Übung so lange durchführen, bis sich die Atmung wieder beruhigt hat.