

Tip til lærere: Håndtering af børneastma

For forældre er det en stor ting at efterlade deres barn på skolen første gang – særligt, når barnet har astma. **Alle børn skal kunne nyde at gå i skole** og tage del i alt, den kan byde på, og derfor har Philips samlet disse råd til lærere. Hensigten med disse råd er at hjælpe lærere med at forstå og bidrage til vellykket håndtering af et barns astma og **undgå, at det forhindrer, at de har det godt i skolen**

Hvad er astma?



Astma er en potentielt alvorlig kronisk sygdom, der forårsager forsnavning og inflammation af luftvejene, hvilket gør det svært for folk med lidelsen af trække vejret. Omkring **334 millioner mennesker verden over lider af astma**, den hyppigste sygdom blandt børn¹. Selvom der aktuelt ikke er nogen helbredende behandling, kan korrekt brug af den udbudte effektive medicin lette symptomerne og reducere risikoen for astmaanfald

Det er vigtigt ikke at udpege, hvem der har astma, men **viden om, hvilke børn i din klasse der har diagnosen, kan forberede dig på eventuelle problemer, der måtte opstå**. Hold et møde med forældrene, og gennemgå deres barns astmaplan – dette er et skriftligt tilpasset program til astmahåndtering, der angiver de udløsende faktorer, der forklarer barnets symptomer, og overskueligt forklarer, hvad der skal gøres, hvis de oplever disse symptomer

Forstå

Symptomer kan variere fra barn til barn, men der er en håndfuld fælles indikationer på, at et barn måske **har et astmaanfald**. Disse omfatter:



Åndedrætsbesvær, hvæsende åndedræt og hoste



Døsighed eller træthed



Besvær med at gennemføre fysisk aktivitet



Uafbrudt næseflåd



Trykken for brystet, angst eller ømhed

Kommunikér

Ved regelmæssigt at **tale med forældre eller værgere** bliver du hjulpet til at reagere på effektiv og korrekt vis i klasseværelset. **Nøglespørgsmål kunne være:**



Hvad **udløser typisk** barnets astma, og hvad er **dets symptomer**?



Hvad er barnets **medicineringsbehov** og -metode?



Hvordan kan du henvende dig til dem, hvis deres barn har **astmasymptomer i skolen** eller har brugt sin inhalator **i løbet af dagen**?



Hvordan foretrækker de at modtage **eventuelle opdateringer** om deres **barns astma** (fx telefon, e-mail eller sms)?



Hvad skal der gøres/hvordan skal de kontaktes **i nødstilfælde**?

Symptomer kan også påvirke et barns mulighed for at være opmærksom og, hvis de er alvorlige, begrænse barnets fremmøde. Det er derfor vigtigt at kommunikere med forældrene for at sikre, at børnene ikke går glip af vigtige stadier i læringen

Tilskyndelse



Afhold underholdende **udendørsaktiviteter, som alle kan have glæde af**. Så længe din elev træffer de rette foranstaltninger, såsom **regelmæssig medicinering**, og luftkvaliteten er tilfredsstillende, **tilskyndes astmapatienter at deltage i aktiviteter såsom sport**

Forebyggelse



Ved planlægning af udendørsaktiviteter skal du **holde øje med pollental** eller advarsler om luftkvalitet, der kan påvirke børn med astma. Der findes enkle gratis apps til at tjekke dette, der kan **downloades til din telefon**, fx Air Matters-appen. Forsøg at planlægge alternative aktiviteter for at lindre **symptomer for astmatikere**, men sørg samtidig for, at de ikke fremmedgøres for klassekammeraterne



Hold allergener stangen. Kridt fra tavler, støvmider, hår fra kæledyr og lugte fra penne og maling **kan alt sammen udløse astma**

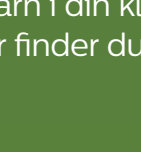


Hold klasseværelser **godt udluftet**, så der kan cirkulere frisk luft i rummet. En luftrenser er også en effektiv måde at forbedre den indendørs luftkvalitet på, da den **reducerer irriterende og allergener**, der kan udløse sundhedsproblemer. For luftkonditionerede eller opvarmede rum er det vigtigt **ofte at kontrollere vedligeholdelsen** af det installerede system. Korrekt luftbevægelse, filtrering og rengøring vil hjælpe med at sikre, at der **ikke er luftproblemer indendørs**

Tjekliste

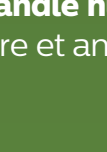
Hvis et barn i din klasse får et astmaanfald, **er det vigtigt at handle hurtigt og bevare roen**. Nedenfor finder du fem tip, der kan hjælpe dig med at håndtere et anfald i klasseværelset:

1.



Konsultér øjeblikkeligt barnets **astmaplan**

2.



Det er vigtigt at planlægge i tilfælde af en nødsituation, så sørg for, at **der altid er en let tilgængelig inhalator**

3.



Informér forældrene **så hurtigt som muligt**

4.



Lad aldrig et barn være uden voksenopsyn, **før de har det bedre**

5.



Hvis symptomerne fortsætter eller forværres trods ovenstående foranstaltninger, **skal der søges hjælp**

Gå til <https://www.philips.dk/c-m-hs/andedraetsbehandling> for at få yderligere oplysninger om astma, eller kontakt din lokale læge for at få rådgivning.

¹ <http://www.globalasthma-report.org/burden/burden.php>, 2014