

Psychische Aspekte Asthma und soziales Umfeld (Kinder)

Du hast jetzt schon viel über Asthma gelernt, kennst deine Auslöser und weißt, wann du wie viel von welchen Medikamenten nehmen musst. Trotzdem gibt es noch Situationen, die schwierig sein können.

Was findest du besonders schwierig an deinem Asthma oder was nervt dich daran am meisten?

.....

.....

.....

.....

Im folgenden einige Beispiele für schwierige Situationen. Finde hierfür Lösungen.

Asthma und Schule

Ein Lehrer schickt mich nach Hause (zum Arzt)

Ein Kind bekommt während des Unterrichts einen Hustenanfall und hat offensichtlich Atemprobleme. Der Lehrer beobachtet dies mit besorgter Miene. Als das Kind sein Asthmaspray aus der Tasche holt, empfiehlt der Lehrer dem Kind nach Hause zu gehen. Das Kind schüttelt den Kopf und sagt „Nein, es geht gleich wieder.“ Der Lehrer: „Aber wenn jemand Asthma hat, muss er doch sofort nach Hause und zum Arzt gehen. Geh doch lieber nach Hause.“

Finde für diese Situation eine Lösung

Checkliste für die Schule

- Ich informiere meine Lehrer und Mitschüler über meine Krankheit und Behandlung.
- Ich erzähle meinem Sportlehrer, was ich beim Sport beachten muss.
- Ich nehme immer mein Notfallspray in die Schule mit.



Asthma und Freizeit

Ich erkläre jemandem mein Notfallspray

Einige Kinder spielen Tischtennis. Ein Kind merkt, dass es Atemnot bekommt. Es macht eine Pause und holt sein Spray aus der Tasche. Als es zwei Hub aus dem Spray nimmt, fragen es die Anderen was es da mache. Das Kind sagt: „Manchmal bekomme ich Atemnot, weil ich Asthma habe. Dann nehme ich mein Spray. Ein Kind fragt: „Asthma? Was ist denn das?“

Was könnte das Kind antworten?

Checkliste für die Freizeit

Ich erzähle meinen Freunden, dass ich Asthma habe und was ich deshalb beachten muss.

- Regelmäßig Basismedikamente nehmen
- Immer mein Notfallspraymitnehmen
- Meine Auslöser meiden: .
.....
- Vor körperlicher Anspannung mein Spray nehmen und mich ausreichend aufwärmen.

Ich spiele mit Freunden

Kinder spielen Fußball. Nach einiger Zeit bleibt ein Kind stehen. Es hustet und ringt nach Luft. Die anderen Kinder Einige wollen das Kind dazu bringen weiterzuspielen, da sie befürchten sonst das Spiel zu verlieren

Was könnte das Kind sagen oder tun?

Im Auto meines Freundes wird geraucht

Ein Kind fährt mit seinem Schulkameraden im Auto von dessen Eltern von der Schule nach Hause. Nach einer Weile fangen beide Eltern zu rauchen an

Was kann das Kind zu den Eltern sagen?

Asthma und Familie

Ich will meinem Freund übernachten

Ein Kind wird von seinem Freund eingeladen bei ihm zu übernachten. Das Kind freut sich und fragt seine Mutter um Erlaubnis. Die Mutter ist besorgt: „Aber du weißt doch, dass du manchmal in der Nacht Atemnot bekommst. Vielleicht gibt es dort Federbetten oder Haustiere und du bekommst einen Asthmaanfall. Was willst du denn dann tun?“



Wie kann das Kind seine Mutter beruhigen und ihr deutlich machen, dass es gut mit seiner Erkrankung umgehen kann?

Viele Fragen sind vielleicht gar nicht so leicht zu beantworten. Redet doch mit euren Eltern oder Geschwistern über die Themen und findet gemeinsam Lösungen. Übrigens gibt es meistens keine richtigen oder falschen Lösungen, sondern nur Lösungen, welche für euch und eure Familie gut passen. Also viel Spaß beim Diskutieren!

A.N.A.N.A.S. Ambulante Nürnberger Asthma- Neuroderitis- und Adipositas- Schulung

