

## Asthma – Das Wichtigste in Kürze

### Definition:

Bei Asthma bronchiale handelt es sich um eine wiederkehrende aber reversible Verengung der Atemwege (Atemwegsobstruktion), die mit einer Entzündung der Schleimhaut in den Atemwegen und daraus folgend einer erhöhten Empfindlichkeit des Bronchialsystems gegenüber verschiedenen Reizen einhergeht (bronchiale Hyperreagibilität).

### Formen:

| Allergisches Asthma    | Nicht-allergisches Asthma |
|------------------------|---------------------------|
| positiver Allergietest | negativer Allergietest    |

### Beschwerden:

- pfeifende Atmung
- Atemnot (häufig anfallsartig)
- Engegefühl in der Brust
- Husten

### Auslösende Ursachen:

- allergische Reaktion auf Tierhaar, Hausstaub, Pollen, Nahrungsmittel
- (Virus-)Infektionen
- irritierende Reize wie Zigarettenrauch, Parfum, etc.
- körperliche Anstrengung
- kalte Luft
- psychische Faktoren (z. B. Stress, Aufregung)
- Medikamentenwirkstoffe

### Risikofaktoren:

- erbliche Komponente
- Umweltfaktoren wie Aktiv- und Passivrauchen, Luftschadstoffe
- Lebensstil: Übergewicht, Ernährung, Bewegungsmangel

### Schweregradeinteilung:

Der Arzt unterscheidet drei Schweregrade, bei denen der Behandlungsstand miteinbezogen ist:

- kontrolliertes Asthma
- teilweise kontrolliertes Asthma
- unkontrolliertes Asthma

(Fortsetzung auf der Rückseite)

## Diagnose:

- Beschwerden: Atemnot (häufig anfallsartig), Giemen (pfeifendes Atemgeräusch), Brustenge (Beklemmungsgefühl), Husten; Verschlimmerung durch spezielle Faktoren wie z. B. Rauch, Allergenexposition, körperliche Anstrengung
- Lungenfunktionsdiagnostik (Peak-Flow-Meter, Spirometrie, Ganzkörperplethysmographie, Reversibilitätstest)
- Allergietest

## Therapie:

| Medikamentöse Therapie  | Weitere Maßnahmen  |
|---|--|
| Inhalation mit kurz- und langwirksamen Medikamenten (Cortison, Beta-2-Sympathomimetika) | Asthmaschulung<br>Atemphysiotherapie/Atemtechniken<br>Asthmatagebuch<br>körperliches Training/Lungensport<br>Tabakentwöhnung |

## Vorbeugung:

- Vermeidung von Zigarettenrauch (passiv wie aktiv)

## Merkmale von Asthma:

| Merkmale                             | Asthma                 |
|--------------------------------------|------------------------|
| Alter bei Erstdiagnose               | oft Kindheit/Jugend    |
| Tabakrauchen                         | möglicher Risikofaktor |
| Atemnot                              | anfallsartig           |
| Allergie                             | häufig                 |
| Verengung (Obstruktion) der Atemwege | variabel, reversibel   |
| Überempfindlichkeit der Bronchien    | vorhanden              |
| Verlauf                              | variabel, episodisch   |
| Ansprechen auf Kortikosteroide       | vorhanden              |

Quelle: Buhl, R. et al.: S2k-Leitlinie zur Diagnostik und Therapie von Patienten mit Asthma (Stand 09/2017)

Mehr Informationen: [www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/asthma](http://www.lungeninformationsdienst.de/krankheiten/asthma)

Fachliche Beratung: Prof. Dr. Erika von Mutius, © 2018, 2. Auflage

**HelmholtzZentrum münchen**

Deutsches Forschungszentrum für Gesundheit und Umwelt