

Gefilmte Rollenspiele trainieren den Ernstfall

Neben der altersentsprechenden Wissensvermittlung und dem Wahrnehmungstraining durch Selbstkontrollen haben wir die Methode des Rollenspiels übernommen, das mit der Videokamera aufgezeichnet wird.

Anhand von konkreten Vorfällen aus dem Asthmaalltag der Kinder wird das Gelernte von den Teilnehmern durchgespielt. Anschließend erfolgt eine offene Diskussion, ein Austausch von Ratschlägen und die Unterstützung innerhalb der Gruppe.

Ganz gezielt wird dabei auch das Verhalten bei stärkerer Atemnot trainiert, damit konkrete Vorsorgemaßnahmen für den Notfall getroffen werden können

Termine

Asthmaschulungen finden während und außerhalb der Schulferien als 5-Tage-Kurs in der Tagesklinik statt. Die Kinder ab einem Alter von acht Jahren nehmen daran als Gruppe während eines teilstationären Aufenthaltes von Montag bis Freitag teil. Der Stundenplan dient der Orientierung für die Zeitplanung der Eltern, die ihre Kinder am Morgen bringen und am Nachmittag wieder abholen. Die Veranstaltungen am Montag „Wissenswertes über Asthma bronchiale“ und am Freitag „Asthma, Familie und Umfeld“ sind ausschließlich für Eltern gedacht.

Eine Einweisung des behandelnden Arztes ist Voraussetzung für die Teilnahme an der Asthmaschulung. Stand 01/2004

Anmeldung

Telefonisch Anmeldungen nehmen die Schwestern der Tagesklinik gern entgegen:

Tel. 040 67377-240

Mo-Fr 8.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Haben Sie noch Fragen?

Wir beraten sie gerne!

Ihr Team von Luftsprung



Luftsprung

Asthma Schulungsprogramm

Eine Information für Ärzte,
Patienten und Familien



Warum Asthmaschulung?

Asthma zu haben, ist mit Einschränkungen im täglichen Leben verbunden. Trotzdem ist es durch einen vernünftigen Umgang mit dieser Krankheit und durch Einhalten einer vorbeugenden Langzeittherapie fast allen Kindern möglich, ein ganz normales Leben zu führen.

Häufig treten dennoch Probleme auf

- Ängste der Eltern vor bedrohlichen Anfällen bei noch fehlender Eigenverantwortung ihrer Kinder im Schulalter
- Ängste vor unerwünschten Nebenwirkungen der Medikamente, besonders bei Kortison
- Schwierigkeiten bei der Umsetzung von Inhalationstherapien im Kinderalltag

Kinder lernen, sich selbst zu helfen

Sowie bei Eltern als auch bei Kindern ab acht Jahren ist es möglich, ein grundlegendes Krankheitsverständnis zu vermitteln. Erfahrungen, dem Asthma aktiv und wirksam begegnen zu können, machen Mut und verstärken die Zuversicht gegenüber dieser Krankheit.

Da Sport und körperliche Aktivitäten bei Kindern einen hohen Stellenwert haben, ist Asthmaschulung auch zu diesem Thema besonders wichtig. Neben der meist notwendigen Medikamenteneinnahme muss richtiges Verhalten trainiert werden.

Die Förderung von körperlichen Aktivitäten führt langfristig dazu, dass höhere Belastungen toleriert werden. Dennoch wird leichte Luftnot nicht ganz vermieden werden können. Durch atemtherapeutische Übungen können sich Kinder jedoch selbst helfen. Über das Trainieren dieser Technik hinaus bietet der Sport ein ideales Feld, Sicherheit im Umgang mit dem Asthma zu erlangen.

Qualitätsuntersuchungen von geschulten Familien zeigten ein Jahr nach der Schulung

- Asthmabedingte Klinikaufenthalte und Schulfehlzeiten lassen sich deutlich senken
- Der Umgang mit dem Asthma und die Selbsteinschätzung der Asthmasymptome lassen sich deutlich verbessern
- Die asthmaspezifische Angst ist deutlich rückläufig

Was können wir gemeinsam erreichen?

Unser Asthmaschulungsprogramm soll helfen, Asthmaanfälle zu verhindern, die Medikamenteneinnahme zu sichern und Asthmaauslöser zu vermeiden. Wir wollen das Krankheitsverständnis und die Behandlungseinsicht durch entsprechende Wissensvermittlung fördern und den eigenverantwortlichen Umgang mit der chronischen Erkrankung stärken

Kinder müssen ihren Körper kennenlernen

Da Asthmaanfälle nicht vollständig vermieden werden können, ist die erfolgreiche Bewältigung des Asthmaanfalles selbst ein weiteres wesentliches Ziel unseres Asthmatrainings.

Besonders wichtig ist die Vorhersagbarkeit eines Anfalls durch die Bewertung von körperlich wahrnehmbaren Symptomen und das richtige Handeln während der kritischen Situation.

Da Vorboten des Asthmaanfalls häufig nicht richtig wahrgenommen werden und auch das tatsächliche Ausmaß der Atemwegsverengung subjektiv falsch eingeschätzt wird, spielt der Einsatz von Selbstmessungen mit dem Peak-Flow-Meter eine ganz wichtige Rolle.

Daher trainieren wir den Umgang mit dem Peak-Flow-Meter, das Protokollieren der Ergebnisse sowie die Körperselbstwahrnehmung. Des Weiteren versuchen wir, die Eigenverantwortlichkeit der Familien zu wecken. So können sie ein Stück Unabhängigkeit im Umgang mit der Krankheit gewinnen.



Luftsprung

Wochenstundenplan für Kinder und Eltern

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
9.00-10.45	Aufnahme	8.00-12.00	Lungenfunktion	9.00-10.30	Asthma-Medikamente	9.00-10.30	Asthma und Sportasthma	9.00-10.45	Entspannung und Wiederholungen
11.00	Begrüßung			10.45	Atemgymnastik	10.45	Inhalationstechnik	9.00-10.45	Eltern Asthma, Familie und Umfeld
12.00	Mittagessen	12.00	Mittagessen	12.00	Mittagessen	12.00	Mittagessen	11.00-11.30	Gemeinsame Verabschiedung
12.30	Entspannung	12.30	Entspannung	12.30	Entspannung	12.30	Entspannung	11.30-12.30	Familienabschlussgespräch
13.00	Atemgymnastik	13.00	Mein elektrisches Inhaliergerät	13.00	Sport	13.00	Sport		
14.00-15.30	Eltern Wissenswertes über Asthma	13.30	Inhalationstechnik	14.15	Akuter Asthmaanfall Notfall-Vermeidungsplan	14.15	Asthma und Umfeld, Therapietreue		
15.00	Peak-Flow-Meter	14.30	Abholzeit						
16.00	Abholzeit			16.00	Abholzeit	16.00	Abholzeit		

