

# Astma en COPD

---

- WAT ZIJN DE KLACHTEN • MEDICIJNEN OM UW KLACHTEN TE VERMINDEREN • WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN
- ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK • INFORMATIE
- MEDICIJNEN OP RECEPT



VRAAG OVER UW MEDICIJNEN? VRAAG HET UW APOTHEKER

# ASTMA EN COPD

In Nederland heeft 1 op de 10 mensen wel eens last van piepen op de borst en kortademigheid of van chronisch hoesten en slijm opgeven. Maar niet al deze mensen hebben last van astma of COPD. Tussen de 2 en 3 op de 100 mensen hebben astma of COPD en gebruiken hier medicijnen voor. Zo'n 5 op de 100 kinderen tot en met 14 jaar heeft astma.

## WAT ZIJN DE KLACHTEN

Astma en COPD zijn aandoeningen van de luchtwegen. De klachten wisselen sterk. Niet alleen van patiënt tot patiënt, maar ook van moment tot moment.

### ASTMA

Iemand met astma is kortademig, heeft een piepende ademhaling, hoest en geeft daarbij soms slijm op. Deze klachten komen in de vorm van aanvallen, die worden afgewisseld met perioden waarin de longen vrijwel normaal functioneren.

Veel mensen met astma zijn allergisch. De klachten ontstaan meestal op jonge leeftijd. Dat het om astma gaat, wordt meestal pas duidelijk na een lange periode met klachten. Roken tijdens de zwangerschap en na de bevalling vergroot de kans dat kinderen astma krijgen. In de puberteit kunnen de klachten verergeren of verminderen.

### COPD

Mensen die COPD hebben, zijn kortademig en hoesten met het opgeven van slijm. Bij astma zijn de luchtwegen vernauwd tijdens een aanval en gaat het meestal voorbij. Bij COPD blijven de luchtwegen ontstoken en zijn daardoor vrijwel de hele tijd vernauwd.

Roken is de belangrijkste oorzaak van COPD. Door te stoppen met roken nemen de klachten af.

De eerste verschijnselen van COPD treden meestal op na het 40e levensjaar. Een klein aantal mensen heeft een erfelijke vorm van COPD. Bij deze mensen treden de eerste verschijnselen voor het 40e levensjaar op.

## **MEDICIJNEN OM UW KLACHTEN TE VERMINDEREN**

Astma en COPD worden behandeld met twee soorten medicijnen, luchtwegverwijders en ontstekingsremmers. Vraag uw apotheker of uw medicijn een luchtwegverwijder of een ontstekingsremmer is, of kijk in de bijsluiter.

De luchtwegverwijder zorgt ervoor dat de luchtweg die door de allergische reactie of door de ontsteking nauwer is geworden (omdat spieren in de luchtweg samenkrimpen), weer opengaat. Hierdoor kan de zuurstof beter in de longen komen en vermindert de benauwdheid.

De ontstekingsremmer bestrijdt de ontsteking van de luchtweg en vermindert de reactie van de luchtweg op prikkels.

Er zijn verschillende soorten luchtwegverwijders en ontstekingsremmers. De ernst van het astma of de COPD bepaalt welk medicijn het geschiktst is voor de behandeling. Bij lichte vormen van astma is alleen een luchtwegverwijder voldoende. Bij ernstige vormen van astma en bij COPD worden meestal een luchtwegverwijder en een ontstekingsremmer gecombineerd.

Bij astma helpt het dagelijks gebruik van de ontstekingsremmer om een astma-aanval te voorkomen. Als er toch een aanval optreedt, kan de luchtwegverwijder worden gebruikt. Bij COPD worden luchtwegverwijder en ontstekingsremmer meestal beide dagelijks gebruikt.

Omdat de luchtwegverwijder er ook voor zorgt dat de ontstekingsremmer beter op de plaats van werking kan komen, moet deze als eerste worden gebruikt en 5 minuten daarna de ontstekingsremmer.

De meeste mensen gebruiken medicijnen die moeten worden ingeademd. Dit inademen, inhaleren genoemd, gebeurt met behulp van een inhalator. Het medicijn komt dan direct op de plaats waar het zijn werk moet doen, namelijk in de longen. Dit heeft als voordeel dat er minder bijwerkingen zijn, dat een kleinere hoeveelheid medicijn kan worden gebruikt en dat het sneller werkt.

Het is heel belangrijk dat u een inhalator gebruikt die bij u past. Baby's en peuters hebben een andere inhalator nodig dan kinderen vanaf 3-4 jaar of kinderen vanaf ongeveer 7 jaar. Bij het ouder worden, vermindert de kracht van het inademen. Ook hierbij kan een andere inhalator een betere werking geven.

## **WAT KAN UW APOTHEKER VOOR U DOEN**

Uw apotheker is gespecialiseerd in medicijnen. Met alle vragen over uw medicijnen en over de hulpmiddelen die u daarbij gebruikt, zoals inhalatoren, kunt u bij de apotheek terecht. Ook krijgt u uitleg over de werking van uw medicijnen en over de beste manier om ze te gebruiken.

## **INHALEREN MOET JE LEREN**

Er zijn verschillende soorten inhalatoren, zoals dosisaerosolen, poederinhalatoren en vernevelaars. Voor baby's en peuters bestaan speciale voorzetstukken voor inhalatoren.

Elke inhalator moet op een andere manier worden gebruikt. Zo moet u bij een dosisaerosol langzaam inademen. Bij een poederinhalator doet u dit juist krachtig. Voor alle typen geldt: inhaleren moet je leren.

Het gebruik van zo'n apparaat lijkt eenvoudiger dan het is. Ongeveer de helft van de mensen die een inhalator gebruiken, doet dit niet goed. Het grootste deel van het medicijn komt dan niet in de longen terecht, maar in mond en keel. Dat is jammer, want op deze manier gaat een deel van het medicijn verloren. Het middel werkt dan niet optimaal.

Wanneer u nog nooit een inhalator heeft gebruikt, is het nuttig eerst een paar keer 'droog' te oefenen. Dit houdt in dat u oefent met een inhalator waar geen werkzame stof in zit. U ademt het

medicijn dan niet in. Wilt u een inhalator proberen, dan kan dat in de apotheek.

Ook als u al jarenlang regelmatig inhaleert, doet u dit misschien niet meer op de manier die het beste resultaat geeft. Daarom is het goed af en toe samen met een medewerker van de apotheek te kijken of u de inhalator op de juiste manier gebruikt. Dit kan bijvoorbeeld wanneer u uw medicijn afhaalt. Maakt u van tevoren een afspraak, dan weet u zeker dat men in de apotheek voldoende tijd voor u heeft.

Misschien heeft u wel eens moeite met het inhaleren van uw medicijnen. De apotheker kan samen met u uitzoeken of een ander type inhalator misschien geschikter voor u is. Uw apotheker heeft ook hulpmiddelen om het gebruik gemakkelijker te maken, zoals voorzetkamers voor dosisaerosolen. Een voorzetkamer is een hulpstuk voor een dosisaerosol die het inademen eenvoudiger maakt.

## ZORGVULDIGHEID VOOR ALLES

Bij de apotheek haalt u uw medicijnen. Degene die u helpt, bekijkt het recept van de arts zorgvuldig en gaat verschillende dingen na. Bijvoorbeeld of de dosering die u moet gebruiken, klopt en of u geen problemen krijgt als u dit medicijn in combinatie met andere medicijnen gebruikt.

De gegevens over uw medicijnen houdt men in uw apotheek zorgvuldig bij in de computer. Bent u in het weekend of tijdens de vakantie een keer naar een andere apotheek geweest? Geef dan naderhand door aan uw eigen apotheek welke middelen u ergens anders heeft gehaald. Dan zetten ze ook die gegevens in de computer. Zo blijft de apotheker op de hoogte van uw volledige medicijngebruik en kan hij u goed blijven adviseren.

Sommige vrij verkrijgbare medicijnen kunnen een astma-aanval veroorzaken. Uw apotheker kan u adviseren over gebruik van vrij verkrijgbare medicijnen als u een middel tegen astma of COPD gebruikt.

## **INFORMATIE OVER UW MEDICIJNEN**

- Hoe moet u uw medicijnen gebruiken of innemen? Hoe werken ze? Wat zijn de bijwerkingen? Soms is de informatie op het etiket en in de bijsluiter niet duidelijk genoeg. Heeft u vragen over uw medicijnen, dan kunt u altijd bij de apotheek terecht. Als blijkt dat er iets aan uw medicijngebruik moet veranderen, kan uw apotheker met uw arts overleggen.
- Heeft u het idee dat uw medicijn bij een bijwerking veroorzaakt? Blijf er dan niet mee doorlopen, maar overleg met uw arts of apotheker. Een voorbeeld: veel gebruikte ontstekingsremmers zijn de corticosteroïden. Bij inhalatie van deze middelen komt soms als bijwerking een schimmelinfectie in de mond of in de keel voor. Dit kunt u voorkomen door na het inhaleren de mond met water te spoelen.
- Het is belangrijk uw medicijnen niet te vergeten. Vindt u het lastig elke dag op het juiste tijdstip uw medicijnen te nemen? Praat hierover met uw apotheker. Hij zoekt dan samen met u naar een oplossing die bij u past, bijvoorbeeld een medicatieschema.
- De apotheek heeft voor u een Geneesmiddelenpaspoort waarin uw medicijnen kunnen worden genoteerd. Gebruikt u ze met behulp van een inhalator of een andere bijzondere toedieningsvorm, dan wordt ook dit in het paspoort vermeld. Het Geneesmiddelenpaspoort is ook handig als overzicht, bijvoorbeeld voor de apotheek op uw vakantiebestemming.

## **ADVIES IN EEN PERSOONLIJK GESPREK**

Misschien heeft u vragen over uw medicijnen of wilt u meer weten over het gebruik van uw inhalator. Als u problemen ervaart die hebben te maken met de werking en de bijwerkingen van uw medicijnen, denkt uw apotheker graag met u mee over mogelijke oplossingen. Graag neemt uw apotheker de tijd om in een persoonlijk gesprek antwoord te geven op uw vragen. Er is ruimte voor een persoonlijk gesprek in de apotheek, maar eventueel ook bij u thuis of telefonisch: het telefoonnummer van uw apotheek staat op het etiket van uw medicijn.

In steeds meer apotheken worden mensen met een aandoening, zoals astma of COPD, met extra aandacht begeleid. De apotheker bespreekt met u of uw medicijnen wel het gewenste effect hebben. Dit gebeurt altijd op een rustige plek in de apotheek. Misschien blijkt dan dat u uw middel beter op een andere manier

kunt gebruiken. Of dat er iets aan uw therapie moet worden gewijzigd. Komt u gezamenlijk tot de conclusie dat er iets moet veranderen, dan kan de apotheker contact opnemen met uw behandelend arts.

## **STOPPEN MET ROKEN**

Wilt u minderen of stoppen met roken in verband met uw astma/COPD? Uw apotheker kan u van dienst zijn met informatie, bijvoorbeeld over over nicotinevervangende producten en andere medicijnen.

## **INFORMATIE**

Uw apotheek heeft folders, cd-rom's, dvd's en videobanden, bijvoorbeeld over de inhalatietechniek. Neem ze mee of vraag ernaar. U kunt de informatie dan thuis nog eens rustig nalezen of bekijken. De apotheek kan u ook helpen aan adressen; bijvoorbeeld van patiëntenverenigingen.

[www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl) is de website van de Nederlandse apotheken. In de rubriek Geneesmiddelen kunt u informatie vinden over medicijnen die bij astma en COPD worden toegepast.

Meer informatie over astma en COPD is verkrijgbaar bij het Astmafonds. Kijk op internet: [www.astmafonds.nl](http://www.astmafonds.nl) of bel de Astma Fonds Advieslijn: 0900 – 227 25 96 van maandag tot en met vrijdag van 10.00-14.00 uur. (€ 0,10 per minuut) of stuur een e-mail naar: [advieslijn@astmafonds.nl](mailto:advieslijn@astmafonds.nl).

Meer informatie over stoppen met roken is verkrijgbaar bij Stivoro. Kijk op [www.stivoro.nl](http://www.stivoro.nl) of bel de informatielijn: 0900 – 9390 (€ 0.10 per minuut).

# Belangrijk

---

- Bij uw eigen apotheek bent u aan het juiste adres als u vragen heeft over uw medicijnen. Uw eigen apotheker kent uw situatie en kan in de computer nakijken welke medicijnen u nu gebruikt en wat u in het verleden heeft gebruikt.
- Het gebruik van een inhalator is niet altijd gemakkelijk. Samen met een medewerker van de apotheek kunt u nagaan of u uw inhalator op de juiste manier gebruikt. Een inhalator kan ook verslijten. Uw apotheker kan u adviseren wanneer u een nieuwe nodig heeft.
- De apotheek kan uw medicijnen thuisbezorgen. Als u vragen heeft over de afgeleverde middelen, kunt u altijd de apotheek bellen.
- Bevalt uw medicijn u minder goed? Zijn er vervelende bijverschijnselen? Blijf er niet mee doorlopen, maar overleg met uw arts of apotheker.
- Niet elk medicijn is te gebruiken in combinatie met andere middelen die u op recept of zonder recept gebruikt. Als u twijfelt, vraag ernaar in de apotheek.
- Vindt u het lastig om uw medicijn trouw te nemen gebruiken? Praat erover met uw apotheker; wie weet is er een oplossing die makkelijker is voor u.

## LET OP!

Als u een medicijn tegen astma/COPD gebruikt, kunt u de naam van de werkzame stof in de bijsluiter vinden. U kunt er ook naar vragen in de apotheek. Op [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl) kunt u alle merknamen vinden die bij een werkzame stof horen.

Kijk ook op internet: [www.apotheek.nl](http://www.apotheek.nl)

Herzien februari 2010.

 KNMP 400005.022010

