

Als uw kind naar school gaat, is het waarschijnlijk niet de enige leerling met astma. Toch is het mogelijk dat klasgenoten en de leraar eigenlijk niet zo goed weten wat astma is en hoe ze daar mee om moeten gaan. Daarom is het belangrijk dat u aan het begin van elk schooljaar de leerkracht van uw kind op de hoogte brengt van het feit dat uw kind astma heeft en wat daarvan de consequenties zijn. De longverpleegkundige kan eventuele vragen beantwoorden.

## **Vermoeidheid**

Veel kinderen met astma hebben vooral in de nacht en vroege ochtend problemen. Dit kan leiden tot vermoeidheid in de klas en ook tot schoolverzuim. Het is dan ook belangrijk dat de school en de leerkracht hiervan op de hoogte zijn. Een goede instelling van de astma kan dit probleem voorkomen.

## **Buitenschoolse activiteiten**

Tijdens de gymles of een schoolreisje kan uw kind last krijgen van inspanningsastma.

Maar dat betekent niet dat uw kind niet kan deelnemen aan dergelijke activiteiten.

Vertel de gymleraar dat een warming-up voor uw kind belangrijk is.

Bij een schoolreisje is het belangrijk dat uw kind de medicijnen bij zich heeft en dat begeleiders weten hoe dat ze moeten handelen bij astmaklachten. Ook bij de zwemles kan uw kind last krijgen van inspanningsastma of benauwdheid door chloor in het water. Breng dus ook hier de begeleiders op de hoogte.

## **Klaslokaal**

Net als in de woonomgeving is het ook belangrijk dat het klaslokaal schoon en stofvrij is. Als uw kind last heeft van benauwdheid in de klas, meld dit dan bij de leerkracht en/of de schoolleiding, zodat ook op de school saneringsmaatregelen kunnen worden getroffen.

## **Spreekbeurt**

Zit uw kind in de bovenbouw van de basisschool of op de middelbare school dan is het misschien een goed idee om uw kind zelf een spreekbeurt over astma te laten houden.

Uw kind kan dan in eigen woorden vertellen wat de ziekte inhoudt en hoe zij of hij hiermee omgaat. Bespreek dit met de longverpleegkundige die praktische tips kan geven.