

# Na een astma-aanval



## Begrijpelijke voorlichting met animatievideo's

Dit is de papieren versie van digitale voorlichting met animatievideo's.

Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de voorlichting.

## In het kort

### Prednisolon na een astma-aanval



U heeft een astma-aanval gehad. Daarbij heeft u prednisolon gekregen. Dat is een medicijn. Hier leest u meer over dit medicijn. En wat u zelf kunt doen om uw astma onder controle te krijgen.

## Na een astma-aanval



### Animatievideo

Deze tekst hoort bij een animatievideo. Scan de QR-code met de camera van een telefoon, klik op de link en bekijk de video.

#### Uitgesproken tekst van de video

U heeft astma.

Hierdoor raken uw luchtwegen snel geïrriteerd en ontstoken.

Hiervoor gebruikt u medicijnen.

U heeft een astma-aanval gehad.

Daarvoor heeft u een zwaar medicijn gekregen.

Dit heet prednisolon.

Dit medicijn was nodig om de aanval te stoppen.

Het is belangrijk dat u dit medicijn niet te vaak nodig heeft.

Het kan namelijk vervelende bijwerkingen geven...

zoals hart- en vaatziekten...

of gewichtstoename.

Er zijn ook andere manieren om uw astma onder controle te houden.

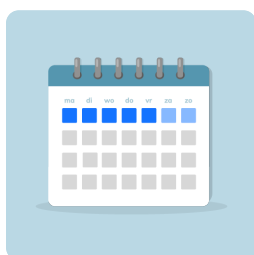
Maak een afspraak met uw zorgverlener.

Samen met de zorgverlener maakt u een plan om nieuwe astma-aanvallen te voorkomen.

## Hoe werkt prednisolon?



Uw luchtwegen zijn kleine buisjes in uw longen. U ademt door deze buisjes. Bij astma raken deze buisjes ontstoken en worden ze nauwer. Prednisolon opent uw luchtwegen. U ademt dan beter en bent minder benauwd. Soms merkt u pas na een paar dagen dat het medicijn werkt.



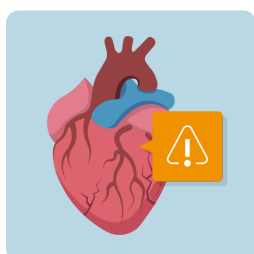
## Hoe lang prednisolon innemen?

Uw zorgverlener geeft aan hoe lang u de medicijnen moet nemen. Meestal is dat vijf tot zeven dagen. Stop niet eerder met het slikken van de prednisolon.

---

## Bijwerkingen

Als u vaak prednisolon nodig heeft voor een astma-aanval, kan dat vervelende bijwerkingen geven. Hier leest u welke dat onder andere kunnen zijn.



### Hart-en vaatziekten

U kunt hart- en vaatziekten krijgen. Prednisolon kan ook zorgen voor een hoge bloeddruk.



## Gewichtstoename

U kunt zwaarder worden.



## Suikerziekte

U kunt suikerziekte krijgen. Dit wordt diabetes genoemd. Dit kan schadelijk zijn voor uw organen, zoals nieren, ogen en bloedvaten.



## Botontkalking

Uw botten kunnen minder sterk worden. Hierdoor heeft u een grotere kans op botbreuken.

---

## Wat u zelf kunt doen

U kunt zelf dingen doen om een nieuwe astma-aanval tegen te gaan. Zo heeft u minder vaak prednisolon nodig. En is de kans kleiner dat u last heeft van de bijwerkingen van prednisolon.

**Belangrijk**

### Afspraak met uw zorgverlener

Geef aan uw zorgverlener door dat u een astma-aanval heeft gehad. En dat u daarvoor prednisolon moest nemen. Maak een afspraak om samen te bespreken wat u kunt doen om een nieuwe astma-aanval te voorkomen.



## Inhalatiemedicatie



Het is belangrijk dat u uw inhalator op de juiste manier gebruikt. Uw zorgverlener kan u uitleggen hoe u dat moet doen.

De medicijnen in de inhalator houden uw luchtwegen open en zorgen ervoor dat de ontsteking afneemt. Hierdoor voelt u zich minder benauwd.

## Maak een lijstje



Denk na over wat uw astma erger maakt en bespreek dit met uw zorgverlener. U kunt hierbij denken aan:

- Heeft u allergieën? Bijvoorbeeld huisstofmijt of pollen?
- Heeft u last van een verkoudheid of verstopte neus?
- Heeft u last van bepaalde geuren?
- Rookt u? Of roken mensen om u heen?

---

## Meer informatie

### Meer informatie



Kijk wat u zelf kunt doen:

- Gesprek voeren met zorgverlener: [astma Vereniging Nederland en Davos \(https://nederland-davos.nl/informatiekaart/hoe-voer-je-het-gesprek-met-je-zorgverlener/\)](https://nederland-davos.nl/informatiekaart/hoe-voer-je-het-gesprek-met-je-zorgverlener/).
- Astma actieplan opstellen met zorgverlener: <https://indiveo.services/divis/weblink/yIUqjp1RcisX9zyf>

[.https://indiveo.services/divis/weblink/yIUqjp1RcisX9zyf](https://indiveo.services/divis/weblink/yIUqjp1RcisX9zyf)

- Gebruik van inhalator: [www.inhalatorgebruik.nl](http://www.inhalatorgebruik.nl)  
[.https://www.inhalatorgebruik.nl](https://www.inhalatorgebruik.nl)
- Meer informatie over astma: [Astma Longfonds](http://www.longfonds.nl/longziekten/astma)  
[.https://www.longfonds.nl/longziekten/astma](https://www.longfonds.nl/longziekten/astma)