

Mijn astma plan vanaf 12 jaar , stap 1-5 AIR /MART.

Geen plan

Mijn medicijnen die ik elke dag moet nemen (ook als het goed gaat met mijn astma)

- Ik gebruik geen medicijnen elke dag. Dit is afgesproken met mijn eigen dokter
- Foster 100/6 mcg: ...puf(fen)in de ochtend en...puf(fen) in de avond
- Foster 200/6 mcg: ...puf(fen)in de ochtend en...puf(fen) in de avond
- En een ander medicijn, namelijk:

Mijn medicijn dat ik zonodig inneem voor inspanning (gymles, sport):

- Foster 100/6 mcg of 200/6 mcg: ...puf(fen)
- Een ander medicijn, namelijk: ...

Milde klachten

Mijn astmaklachten worden wat erger of verbeteren niet, want...

- Ik hoor mezelf piepen of ik moet veel hoesten
- Ik voel me benauwd en kortademig
- Ik word in de nacht / in de ochtend wakker met klachten
- Ik kan aan sommige activiteiten niet mee doen, op school en/of thuis
- Ik gebruik meer dan 2x per week een extra puf (extra puf voor inspanning telt hier niet mee!)

Wat moet ik doen *

- Ik neem een extra puf Foster, dit mag ik als het nodig is na enkele minuten weer doen
- Ik mag 4/6/8 keer een extra puf op een dag gebruiken. (vanaf 12 jaar in Nederland maximaal 8 puffen per 24 uur (elke dag puffen meegerekend)).
- De astmaklachten worden erger of verbeteren niet na 2 dagen met extra puffen. Wat moet ik doen: Ik bel met het ziekenhuis en vraag om advies.

Ernstige klachten

De astma klachten zijn heel erg want:

- De benauwdheid en/of kortademigheid neemt heel snel toe
- Ik heb veel moeite om adem te halen en kan bijna niet meer praten
- De extra puffen lijken helemaal niet te werken

Wat moet ik doen:

- Ga rechtop zitten en probeer kalm te blijven.
- Laat je ouders of anderen de dokter bellen.
- Neem 1 puff Foster en wacht 1-3 minuten. Indien geen verbetering, neem nogmaals 1 puff Foster. Herhaal dit een paar keer als dat nodig is.

*Aankruisen wat van toepassing is. Anti-Inflammatory Reliever (AIR). Maintenance and Reliever Therapy (MART). Alternatief Foster: andere beclometasone-formoterol of budesonide-formoterol inhalator. Deze informatie is o.b.v. GINA rapport en BTS/NICE/SIGN richtlijn opgesteld in het Erasmus MC - Sophia Kinderziekenhuis/staf Kinderlongziekten en waar geen rechten aan kunnen worden ontleend.v.dec 2025

Wat vindt u van deze patiënteninformatie?

Wij horen graag uw mening over deze folder. Wilt u na het lezen enkele vragen beantwoorden? U vindt de vragen via deze link: <https://folders.hagaziekenhuis.nl/2228>. Dank u wel.

Spreekt u geen of slecht Nederlands?

De informatie in deze folder is belangrijk voor u. Als u moeite heeft met de Nederlandse taal, zorg dan dat u deze folder samen met iemand leest die de informatie voor u vertaalt of uitlegt.

Do you speak Dutch poorly or not at all?

This brochure contains information that is important for you. If you have difficulty understanding Dutch, please read this brochure with someone who can translate or explain the information to you.

Czy Państwa znajomość języka niderlandzkiego jest żadna lub słaba?

Informacje zawarte w tym folderze są ważne dla Państwa. Jeśli język niderlandzki sprawia Państwu trudność, postarajcie się przeczytać informacje zawarte w tym folderze z kimś, kto może Państwu je przetłumaczyć lub objaśnić.

Hollandaca dilini hiç konuşamıyor musunuz veya kötü mü konuşuyorsunuz?

Bu broşürdeki bilgi sizin için önemlidir. Hollandaca dilinde zorlanıyorsanız, bu broşürü, size tercüme edecek ya da açıklayacak biriyle birlikte okuyun.

إذا كنتم لا تتحدثون اللغة الهولندية أو تتحدثونها بشكل سيء إن المعلومات الموجودة في هذا المنشور مهمة بالنسبة لكم. إذا كانت لديكم صعوبة في اللغة الهولندية، فاحرصوا عندئذ على قراءة هذا المنشور مع شخص يترجم المعلومات أو يشرحها لكم.

589631032026