



Wat voor andere kinderen logisch is, is dat niet voor een kind met astma



Laat kinderen vrij ademen

Niet iedereen weet hoeveel invloed een longziekte heeft op het leven van kinderen. Daarom vraagt Longfonds er aandacht voor in een campagne. En doen we uitgebreid onderzoek naar hoe we longziekten bij kinderen kunnen voorkomen.

Elk kind wil gewoon kind zijn. Zo hard mogelijk achter een bal aan rennen. Zo hoog mogelijk in een rek klimmen. Zo luid mogelijk plezier maken. Meedoen met de rest. Kinderen met een longziekte zijn daar niet anders in. Ze rennen mee, klimmen omhoog en maken plezier. Ze doen mee. Alleen niet altijd. Soms zijn ze te snel moe en moeten ze eerder stoppen. Te ziek om te komen. Of liggen ze zelfs in het ziekenhuis, waardoor ze het plezier missen.

Stikbenauwd

Astma is de meest voorkomende blijvende kinderziekte in Nederland. Elke dag belanden zeven kinderen stikbenauwd in het ziekenhuis. Zo'n longziekte heeft vaak veel invloed op een kind, het gezin en de omgeving. Dat weet lang niet iedereen.

Sporten, spelen of naar school gaan: wat voor andere kinderen logisch is, is dat niet voor een kind met bijvoorbeeld astma.

Met de nieuwe campagne van Longfonds 'Laat kinderen vrij ademen' vragen we daar aandacht voor. We laten zien wat de invloed kan zijn op een kind en zijn omgeving. We vragen aandacht voor vernieuwend onderzoek waarmee we jonge longen willen beschermen en astma voorkomen. En geven adviezen over wat u zelf kunt doen om longziekten bij kinderen te helpen voorkomen.

Sem: 30 keer in het ziekenhuis

We vertellen het verhaal van Sem. Op pagina 4 van deze LONGWIJZER sprak zijn moeder Ingrid de Vogel over hem. Sem is pas zeven jaar, maar heeft al meer dan dertig keer

in het ziekenhuis gelegen. Zijn astma heeft grote invloed op zijn leven, vooral ook buiten het ziekenhuis. Daarnaast laten we zien hoe belangrijk het onderzoek is waarmee we astma willen voorkomen. Onderzoeker Hermelijn Smits vertelt erover op pagina 16. Ze is hoofdonderzoeker van het samenwerkingsprogramma 'Astma voorkomen'. Bij het ontstaan van astma spelen veel zaken een rol, legt ze uit. Erfelijkheid is er één van, maar ook de omgeving waarin kinderen opgroeien heeft een grote invloed. Het immuunsysteem moet na de geboorte nog worden 'opgevoed'. Als het de juiste prikkels krijgt, vooral in de eerste duizend dagen na de geboorte, is de kans veel kleiner dat kinderen astma en allergieën krijgen.

Medische doorbraken

Longfonds is binnen de Europese Unie de grootste betaler van longonderzoek. Wij willen een wereld zonder longziekten. Daarom zetten we alles op alles om voor medische doorbraken te zorgen. Een groot deel van de giften aan Longfonds besteden we aan onderzoek, onder andere in het internationale onderzoeksprogramma LONGFONDS | Accelerate. Het onderzoek van dr. Hermelijn Smits maakt hiervan deel uit. Tijdens de jaarlijkse collecteweek (17-22 mei) vragen we mensen te doneren voor het belangrijke onderzoek dat Longfonds aanjaagt (zie ook pagina 18).

Benieuwd wat u kunt doen voor gezonde lucht en gezonde longen? Kijk op longfonds.nl/jongelonen.

Wat kunt u zelf doen?

De longen van een kind zijn kwetsbaar. Vanaf het moment in de buik tot 22 jaar ontwikkelen de longen zich. Invloeden van buitenaf kunnen die ontwikkeling in de weg zitten. Dat is niet goed. Ongezonde lucht, zowel binnen als buiten, vergroot het risico op onder andere de ontwikkeling van astma. Bij het ontstaan van astma spelen veel factoren een rol. Tijdens de campagne helpen we mensen met wat ze zelf kunnen doen om de longen van jonge kinderen te beschermen. Al deze adviezen verkleinen het risico op het ontwikkelen van astma.

- Rook niet. Ook als u niet in het bijzijn van een kind rookt, is dat schadelijk voor de ontwikkeling van de longen (derdehandsrook).
- Stook geen hout. Een gezellig haardvuur? Het lijkt onschuldig maar veroorzaakt veel fijnstof.
- Brand geen kaarsen. Maak het op andere manieren gezellig in huis.
- Tijdens koken komt fijnstof én vocht vrij. Zorg voor een goede afzuiging.
- Ventileer uw huis, het liefst 24 uur per dag.
- Pak vaker de (elektrische) fiets of het openbaar vervoer om te reizen.
- Laat kinderen buitenspelen. Dan kan het immuunsysteem zich goed ontwikkelen.