



Reflexion und Auswertung

Arbeitsauftrag	<p>Die SuS ergänzen das Arbeitsblatt „Asthma – Wenn die Luft knapp wird“ aus der Einstiegslektion.</p> <p>Sie notieren offene Fragen, welche bislang nicht beantwortet wurden oder noch immer nicht klar sind.</p> <p>Gemeinsame Besprechung und Auswertung im Plenum.</p>
Ziel	<ul style="list-style-type: none"> • Die SuS vergleichen ihr Vorwissen und den Wissensstand nach der Bearbeitung des Moduls. • Die SuS erkennen ihren Lernfortschritt und können diesen schriftlich festhalten.
Material	<ul style="list-style-type: none"> • AB „Asthma – Wenn die Luft knapp wird“
Sozialform	EA / PA
Zeit	20`

Zusätzliche Informationen:

- Besprechen Sie mit der Klasse die offenen Fragen anhand der Lösungsvorschläge.



Anregung, wie die Aufgabe gelöst werden könnte

- Was ist eigentlich Asthma?

Asthma (allergisches Asthma oder Asthma bronchiale), eine entzündliche Folgeerkrankung, geht mit einer Überempfindlichkeit und anfallsweiser Verengung der Atemwege einher. Unbehandelt kann z.B. eine Pollenallergie bei 30% der Personen zu Asthma führen. Man spricht dann von einem Etagenwechsel.

Die Diagnose „Asthma“ wird heute meist genauer differenziert. Man unterscheidet:

- *Allergisches Asthma, wenn ein Auslöser (Trigger) gefunden wird*
- *Angeborenes Asthma, z.B. bei extremen Frühgeburten (ungenügende Lungenreife) oder Gendefekten*
- *Erworbenes Asthma, z.B. bei Raucher oder gewissen Berufsgruppen (Staublunge)*

In der Schweiz sind 12% aller Kinder betroffen und 6% der Erwachsenen.

- Was geht bei einer Asthma-Erkrankung im Körper vor?

Allergene sind die häufigsten Auslöser von Asthma bronchiale. Je nach individueller Sensibilisierung führt der Kontakt mit Hausstaubmilben, Tieren, Pollen, Schimmelpilzen oder die Einnahme gewisser Lebensmittel oder Medikamente zu einer asthmatischen Reaktion mit Husten und Atemnot.

Typische Asthmasymptome sind:

- *Ausdauernder trockener Husten oder Hustenreiz, eventuell Auswurf von klarem, zähen Schleim nach körperlicher Belastung, wenn man Kälte ausgesetzt ist, nach Infekten oder heftigem Lachen.*
- *Nächtlicher Husten*
- *Pfeifende, keuchende Geräusche beim Ausatmen*
- *Atemnot*

Aber es kommen auch Symptome wie Kurzatmigkeit oder Engegefühle in der Brust vor. Welche Beschwerden und in welcher Intensität sie auftreten, ist individuell. Manchmal treten einzelne Symptome auch erst bei oder nach grösseren körperlichen Anstrengungen auf (anstrengungsinduziertes Asthma).

- Was kann man tun, um Asthma vorzubeugen?

Der „Etagenwechsel“ von Heuschnupfen zu Asthma kann verhindert oder gestoppt werden, wenn folgende Punkte beachtet werden:

- *Den/die Auslöser (Pollen, Hausstaubmilben, usw.) meiden*
- *Konsequente Behandlung des allergischen Schnupfens mit Augentropfen, Nasenspray, Nasendusche, Tabletten*
- *Rechtzeitig eine Desensibilisierung (spezifische Immuntherapie) einleiten. Sie lindert die Beschwerden und kann den Etagenwechsel und die Entstehung neuer Allergien vermeiden oder hinauszögern.*
- *Reizstoffe wie Zigarettenrauch, Industriegase und Duftstoffe sind, wenn möglich, zu vermeiden.*

Asthma

Lösungen



- Kann man mit Asthma dennoch Sport treiben?

Nein! Mit der richtigen Vorbereitung können Asthmabetroffene ohne Einschränkungen Sport treiben – selbst Spitzensport ist möglich.