Allianz Worldwide Care
Blickpunkt Gesundheit 2017

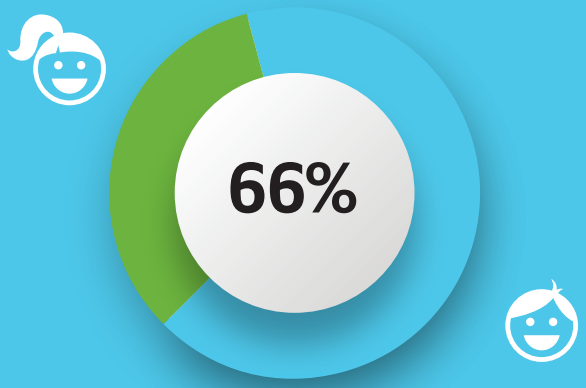
Asthma

URSACHEN, AUSLÖSER & KONTROLLEN

Weltweit leiden

334 millionen

Menschen an Asthma



Während der Kindheit sind doppelt so viele Jungen wie Mädchen von Asthma betroffen.

Aufgrund der Informationslücken ist eine Schätzung der Anzahl Menschen, die weltweit an Asthma leiden, schwierig. Nach den jüngsten Schätzungen über die Verbreitung von Asthma, der im Jahr 2012 veröffentlichten WHO-Studie über die globalen Folgen von Krankheit, leiden 334 Millionen Menschen weltweit an Asthma, und die damit verbundenen Belastungen sind hoch.

Wenn Sie oder Familienangehörige derzeit unter Asthma leiden, finden Sie weiter unten einige Informationen zu dieser Erkrankung und wie Sie damit umgehen können.

Was ist Asthma?

Asthma ist eine Erkrankung der Lunge, bei der die Atmung behindert wird. Jede Altersgruppe kann davon betroffen sein, häufig beginnt diese Beschwerde jedoch in jungen Jahren. Wiederkehrende Atemnot und pfeifende Geräusche beim Atmen (Giemen) sind einige der häufigen Anzeichen und Symptome. Der Schweregrad kann für Betroffene unterschiedlich sein. Asthma tritt aufgrund einer Entzündung der Atemwege in der Lunge auf und kann die Nervenenden der Atemwege reizen. Bei einem Asthmaanfall schwillt die Schleimhaut der Atemwege an, wodurch diese verengt werden und weniger Luft in die Lunge strömt.

Wenn Sie an Asthma leiden, ist diese Erkrankung immer präsent, ein Asthmaanfall tritt jedoch nur auf, wenn Ihre Lunge gereizt wird.

Wichtige Fakten

- Asthma ist eine der häufigsten nicht übertragbaren Erkrankungen. Es handelt sich um eine chronische Erkrankung der Atemwege der Lunge, die sich entzünden und verengen.
- Derzeit leiden etwa 334 Millionen Menschen an Asthma. Es ist außerdem eine häufige Erkrankung bei Kindern.
- Die meisten auf Asthma bezogenen Todesfälle kommen in Ländern der unteren Einkommensgruppe vor.
- Die stärksten Risikofaktoren für eine Entwicklung von Asthma sind eingeatmete Substanzen und Partikel, die allergische Reaktionen hervorrufen können oder die Atemwege reizen.
- Asthma kann mit der Einnahme von Medikamenten gesteuert werden. Das Vermeiden von Auslösern für Asthma kann ebenfalls die Schwere der Asthmaerkrankung reduzieren.
- Eine entsprechende Behandlung von Asthma kann Menschen ein angenehmes Leben mit der Krankheit ermöglichen.

Allianz
Worldwide Care

Ursachen für Asthma

Die Grundursachen für Asthma sind noch nicht vollständig erforscht. In den meisten Fällen steht diese Erkrankung jedoch in direktem Zusammenhang mit erblicher Veranlagung und Umweltfaktoren.

Die stärksten Risikofaktoren für eine Entwicklung von Asthma sind eine Kombination aus genetischem Erbmaterial und der Belastung durch Umweltbedingungen, sowie eingeatmete Substanzen und Partikel, die allergische Reaktionen hervorrufen können oder die Atemwege reizen, z. B.:

01
Allergene im Wohnraum
(z. B. Hausstaubmilden im Bettzeug, Teppiche und Polstermöbel sowie Tierhaare)

02
Sulfite in einigen Nahrungsmitteln

03
Chemische Reizstoffe am Arbeitsplatz

04
Kalte Luft

05
Extreme emotionale Erregung
(wie Angst, Sorge oder Stress)

06
Allergene an der frischen Luft
(wie Pollen und Pilze)

07
Tabakrauch

08
Luftverschmutzung

09
Körperliche Betätigung

Stellen Sie sicher, dass Betroffene ausreichend Schlaf bekommen. Fragen Sie Ihren Arzt nach verfügbaren Behandlungen, um Schlafstörungen aufgrund von Asthma zu reduzieren.

Allianz
Worldwide Care

Sie können Ihr Asthma steuern, indem Sie die Warnsignale eines Asthmaanfalls erkennen, den Reizen, die einen Anfall verursachen, fernbleiben und dem Rat Ihres Arztes folgen.

Erstellen Sie Ihren eigenen Behandlungsplan mit der Hilfe Ihres Gesundheitsdienstleisters. Sie entscheiden, wer ein Exemplar Ihres Tarifs erhält und wo dieser aufbewahrt werden soll.

Was geschieht im Körper bei einem Asthmaanfall?

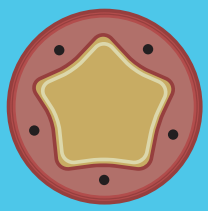


Abb. 01
Normale Atemwege.
Entspannte Muskeln.

Abb. 02
Asthmatische Atemwege.
Entspannte Muskeln.
Schleimhäute sind entzündet und angeschwollen.

Abb. 03
Asthmatische Atemwege während eines Anfalls.
Angespannte Muskeln.
Schleimhäute sind erheblich entzündet und angeschwollen.

Was ist ein Asthmaanfall?

Ein Asthmaanfall kann sich durch Husten, Engegefühl in der Brust, pfeifende Atmung (Giemen) und Atembeschwerden äußern. Der Anfall betrifft Ihre Atemwege, die Luft in Ihre Lungen leiten. Während Luft durch Ihre Lungen strömt, verkleinern sich Ihre Atemwege.

Bei einem Asthmaanfall schwillt die Schleimhaut der Atemwege in der Lunge an, wodurch die Atemwege verengt werden. Dadurch gelangt weniger Luft in Ihre Lunge und der von Ihrem Körper produzierte Schleim blockiert die Atemwege noch mehr. Ein Asthmaanfall kann auftreten, wenn Sie Auslösern für Asthma ausgesetzt sind.

Die Auslöser können bei Ihnen anders sein als die Auslöser anderer Menschen, die unter Asthma leiden. Lernen Sie daher Ihre Auslöser kennen und vermeiden Sie diese. Achten Sie auf einen Anfall, wenn Sie diese Auslöser nicht vermeiden können.

Wie kann festgestellt werden, ob jemand an Asthma leidet?

Bitte beachten Sie, dass besonders bei Kindern unter 5 Jahren die Feststellung eines Asthmaleidens schwierig sein kann.

- Husten Sie viel? (vor allem nachts)
- Haben Sie Atembeschwerden?
- Sind die Atembeschwerden nach körperlicher Betätigung oder zu einer bestimmten Jahreszeit stärker?
- Haben Sie ein Engegefühl in der Brust oder pfeifende Atmung?
- Liegt Asthma bei Ihnen in der Familie?

Allianz Worldwide Care

Behandlung und Kontrolle

Obwohl Asthma nicht geheilt werden kann, kann eine entsprechende Behandlung die Erkrankung kontrollieren und Betroffenen, die unter Asthma leiden, ein angenehmes Leben ermöglichen.

Kurzzeitig verschriebene Medikamente können die Symptome lindern. Medikamente, wie langfristig inhalierte Steroide sind notwendig, um die Entwicklung von schwerwiegendem Asthma zu kontrollieren.

Betroffene mit anhaltenden Beschwerden nutzen möglicherweise täglich eine langfristige medikamentöse Behandlung, um die zugrunde liegende Entzündung zu kontrollieren und Symptomen und einer Verschlimmerung der Erkrankung vorzubeugen.

Durch die tägliche Einnahme Ihrer vom Arzt verordneten Medikamente, können Sie Ihr Asthma kontrollieren und einen Anfall verhindern. Halten Sie sich zusätzlich von Reizen fern, die einen Anfall auslösen können.

Ihr internationaler Krankenversicherungsschutz

Wir wissen, dass es schwierig sein kann, eine internationale Krankenversicherung zu erhalten, wenn Sie eine bestehende Erkrankung wie Asthma haben. Eine Vorerkrankung ist eine Erkrankung oder eine Begleiterkrankung, für die im Laufe Ihres Lebens ein oder mehrere Symptome aufgetreten sind, unabhängig davon, ob Sie eine medizinische Behandlung oder einen ärztlichen Rat erhalten haben.

Ins Ausland entsandte Mitarbeiter möchten sich über den Versicherungsschutz für eine bestehende Erkrankung nicht auch noch Gedanken machen müssen. Glücklicherweise bieten wir ein großes Angebot an Versicherungsschutz für bestehende medizinische Beschwerden und Zahnerkrankungen für Privatpersonen und Mitarbeiter von kleinen risikogeprüften Gruppen.

Bei Allianz Worldwide Care werden die meisten unserer Gruppentarife bei Antragstellung nicht risikogeprüft. Es spielt also keine Rolle, ob Sie eine bestehende Erkrankung haben, denn Sie werden für diese abgesichert.

Anzeichen & Symptome für Asthma

01 **Kurzatmigkeit**

02 **Atembeschwerden**

03 **Trockener Husten**

04 **Nächtlicher Husten**

05 **Giemen (pfeifende Atmung)**

06 **Brustschmerz oder Engegefühl in der Brust**

Allianz Worldwide Care

Quellen: *Die Weltgesundheitsorganisation (WHO)*
Centers for Disease Control and Prevention (Zentren für Krankheitskontrolle und Prävention)