

Een gezond schoolklimaat voor kinderen met astma en allergie vraagt aanpassingen van verschillende aard. Vooral het inrichten van de klaslokalen, het schoonhouden ervan en het rookverbod in de school dienen strikt nageleefd te worden.

Misverstanden en onwetendheid over de oorzaak van astma en allergie staan noodzakelijke aanpassingen op school vaak in de weg. Kinderen met astma en allergie zijn hierdoor vaak méér afwezig of worden gehinderd om normaal aan de lessen deel te nemen.

Kinderen met astma en allergie zijn overgevoelig aan allerlei stoffen, allergenen genaamd, bv. pollen (stuifmeel), huisstofmijtuitwerpselen, dieren-epitheel, schimmels, Prikkelingen door deze stoffen veroorzaken klachten zoals lopende of verstopte neus, lopende, jeukende of rode ogen, kortademigheid, piepen en hoesten.

Er zijn allergische en niet-allergische prikkels. Op allergische prikkels reageren enkel personen die allergisch zijn voor deze stoffen (o.a. pollen, huisstofmijtuitwerpselen, dierenepitheel, ...). Niet-allergische prikkels kunnen ook voor niet-allergische personen een bron van ergernis vormen (o.a. tabaksrook, mist, luchtverontreiniging, ...). Astmatische of allergische personen gaan hiervan vlugger last hebben omdat hun luchtwegen extra gevoelig zijn. Van chloordampen die uit een lekkende tank ontsnappen ondervindt iedereen last, terwijl astmatische of allergische personen vaak niet tegen de chloorlucht in een zwembad kunnen.

Andere oorzaken van klachten kunnen virusinfecties, inspanning, onjuist medicijngebruik, spanning en emoties zijn.

Een astma-aanval komt vaak 's nachts voor en kan het gevolg zijn van prikkels waar men overdag mee in aanraking is geweest. Als een kind 's nachts een

aanval heeft gehad, zal een leerkracht daar de volgende dag ook mee te maken hebben. Het kind komt die dag helemaal niet op school, of het is door de onrustige nacht hangerig en moe en vaak erg vervelend en ongeconcentreerd. Het ongeconcentreerd zijn en de moeheid kunnen ook het gevolg zijn van de medicatie die het kind moet innemen om de aanval te onderdrukken.

MEDICIJNEN OP SCHOOL

Vaak moeten deze kinderen gedurende de dag één of meerdere soorten medicijnen innemen om klachten te voorkomen of te onderdrukken. Het is dan ook belangrijk deze medicijnen correct en op regelmatige tijdstippen te gebruiken. Hiervoor is vaak de hulp van de leerkracht gewenst.

Veel medicijnen worden met behulp van een toestel geïnhaleerd, wat de kinderen vaak vervelend vinden in het bijzijn van hun klasgenootjes. De leerkracht kan hierbij helpen door het kind de mogelijkheid te geven om de medicijnen ergens anders te nemen (eventueel onder toezicht van een volwassene), en dit ook ten gepaste tijden uit te leggen aan de klasgenootjes.

Tevens is het belangrijk te weten dat sommige medicatie, bv. pijnstillers, antibiotica, peniciline, ... allergische reacties kunnen uitlokken.

INSPANNING, SPANNING EN EMOTIES NIET VERMIJDEN

Inspanning, spanning en emoties kunnen kortademigheid veroorzaken. Daarentegen iemand als een kasplantje behandelen en dus in een afzonderingspositie plaatsen kan méér schade opleveren dan wat inspanning. Daarom is het motto: "Laat 'm niet zitten, maar jaag 'm ook niet op".

Benauwdheid door inspanning kan voorkomen worden door bepaalde medicijnen vijf tot tien minuten vóór de inspanning in te nemen. Ouders kunnen er voor zorgen dat het kind deze medicijnen bij zich heeft. Een andere maatregel is het kind bij lichamelijke inspanning opwarmingsoefeningen te laten doen. Hierdoor hoeft het niet meteen een flinke inspanning te leveren en kan het tempo geleidelijk aan opgevoerd worden.

Een kind moet aan alle normale activiteiten op school kunnen meedoen. Turnen en zwemmen zijn ideaal voor kinderen. De inspanning moet soms wel aangepast worden aan hun mogelijkheden.

INRICHTING VAN HET SCHOOLGEBOUW EN HET KLASLOKAAL

Voor het schoolgebouw gelden volgende regels:

- goed schoonhouden (stofvrij maken)
- vocht- en tochtvrij houden
- goede ventilatie, waardoor vocht en schimmelgroei worden tegengegaan
- centrale verwarming en een gelijkmatige dag- en nachttemperatuur
- gladde, vochtig afneembare vloerbekleding, wanden en meubelen
- volledig gesloten meubelen
- katoenen of kunstvezelgordijnen zodat deze wasbaar zijn op minimum 60° C of vochtig afneembaar zijn
- isolatiemateriaal van perlitekorrels, steen- of glaswol (geen ureumformaldehyde-bevattend)

materiaal gebruiken)

- opknapbeurten, verbouwen en verbouwingen alleen tijdens de schoolvakanties uitvoeren, waarna een grondige reiniging uiteraard noodzakelijk is

Voor het klaslokaal zijn er aan deze opsomming nog enkele punten toe te voegen:

- gebruik stofarm krijt en natte sponzen
- maak het bord en het krijtvakje dagelijks schoon met water
- plaats alleen groene planten in het klaslokaal, bloeiende en sterk ruikende planten moeten vermeden worden, let vooral op de schimmelvorming in de plantenbakken
- vermijd droogboeketten (stofophoping)
- gebruik geen siergrassen in boeketten omdat deze allergische reacties kunnen veroorzaken
- zorg voor speelgoed dat afwasbaar of wasbaar is op minimum 60° C
- vervang regelmatig de tekeningen aan de muur en reinig telkens de muur
- laat geen dieren in het klaslokaal
- plastificeer zaken die blijven hangen.

BEROEPSKEUZE

Bij de beroepskeuze moet niet in de eerste plaats uitgegaan worden van een aandoening of ziekte, maar vooral van de interesse en capaciteiten van het kind. Bij beroepen in de landbouwsector, beroepen die zwaar lichamelijk werk meebrengen en beroepen als kapper, dierenarts, ... is het aan te raden enkele speciale aspecten te overwegen. Belangrijk zijn dan vragen zoals:

- waar is het kind allergisch voor?
- wat kan het fysiek aan?
- hoe gevoelig is het kind voor infecties?

Op basis van deze bevindingen zal soms een andere keuze gemaakt moeten worden.

DE LEERKRACHT

Of een kind met astma of allergie zich goed voelt in de klas hangt voor een belangrijk deel af van de manier waarop de medeleerlingen en de leerkracht met de gevolgen van de aandoening omgaan. Komt een kind in een afzonderingspositie terecht of worden zijn beperkingen op een aangename manier bespreekbaar gemaakt en geaccepteerd? De leerkracht speelt hierin een grote rol:

- rekening houden met het kind betekent bv. de indruk vermijden dat sommige dingen niet meer kunnen omdat een klasgenoot daar last van heeft
- acceptatie heeft vaak met kleine dingen te maken zoals het kind ook betrekken bij sport als het benauwd is. Als meedoen op dat moment niet mogelijk is, kan het kind misschien op een andere manier ingeschakeld worden
- het kind de gelegenheid geven om de medicatie ongestoord in te nemen
- de aandoening bespreekbaar maken en uitleggen aan de klasgenootjes, bv. naar aanleiding van een voorval.

Bron: Nederlands Astmafonds

Verantw. uitg. : Marc Van Eylen, Oudebaan 44, 3360 Bierbeek

Ondernemingsnummer 0474.757.986 – RPR LEUVEN

EEN GEZOND SCHOOLKLIMAAT



Contactgegevens

Astma en Allergiekoepel vzw
Staatsbaan 165
3460 Bekkevoort

*e-mail: Info@astma-en-allergiekoepel.be
website: www.astma-en-allergiekoepel.be
gratis infolijn: 0800/84321*