

Asthma bronchiale

Kinder und Jugendliche mit Asthma – darum hilft ihnen eine Reha

Asthma bronchiale ist die häufigste chronische Erkrankung im Kindes- und Jugendalter. Etwa jedes 10. Kind leidet in Deutschland daran. Nicht selten ist die Diagnose „Asthma“ von weiteren Erkrankungen (z.B. Neurodermitis, Allergien verschiedenster Art) begleitet. Oft sind die Therapie-Möglichkeiten vor Ort begrenzt, die krankheitsbedingten Fehlzeiten in der Schule nehmen zu, das Miteinander mit Gleichaltrigen und innerhalb der Familie ist belastet. Dies alles schränkt die Lebensqualität der jungen Patienten und ihrer Familien stark ein. Die daraus entstehenden zusätzlichen psychischen/schulischen Belastungen erschweren häufig die Therapie und verschlechtern somit das Asthma.

Diesen Teufelskreis gilt es, frühzeitig zu durchbrechen. Ein mehrwöchiger Aufenthalt in einer spezialisierten Rehaklinik für Kinder und Jugendliche hilft den Betroffenen nicht nur, die Häufigkeit der Atembeschwerden zu verringern, sondern auch im Alltag besser mit der Erkrankung umzugehen und wieder normal am sozialen Leben teilzunehmen.

Die jungen Asthma-Patienten erhalten in der Reha – nach einer umfassenden ärztlichen Untersuchung zur Einordnung der Asthma-Schwere und zur Abklärung möglicher Begleiterkrankungen sowie Gesprächen zur Einschätzung ihrer krankheitsbedingten psychischen Belastung – einen auf ihre Bedürfnisse abgestimmten Therapieplan. Sie werden zudem gecoacht, um das Erlernte nachhaltig in ihren (Schul)Alltag einzubringen. Die Reha-Zeit erleben sie in einer Gruppe von Kindern und Jugendlichen, die ebenfalls an Asthma oder anderen chronischen Erkrankungen leiden. So können sie sich mit anderen austauschen und spüren, dass sie mit ihren gesundheitlichen Problemen nicht allein sind.

Welche Ziele hat eine Reha für Kinder und Jugendliche mit Asthma?

- Linderung der Atembeschwerden
- mögliche Auslöser einer Atemnot-Episode erkennen & vermeiden (Training der Selbstwahrnehmung)
- selbstständiger Umgang mit (Atem)Notfällen
- Optimierung der medikamentösen Therapie
- Erkennen von medizinischen, psychischen oder sozialen Faktoren, die eine optimale Therapie verhindern
- Normalisierung der sozialen Teilhabe, d.h. trotz Asthma ein normales Familienleben und einen normalen (Schul)Alltag erleben
- krankheitsbedingte Schulprobleme lösen
- Hinführung zu normaler sportlicher Betätigung trotz Asthma
- Vernetzung mit ambulanten Angeboten für einen nachhaltigen Therapieerfolg

Was umfasst eine Reha für junge Asthma-Patienten?

- Erkennen von Situationen, welche Asthma-Symptome fördern/triggern (z.B. Stress)
- Einüben eines beruhigenden Verhaltens bei einer Atemnot-Episode
- Erlernen von Atemtechniken und Methoden zur Entspannung
- Bewegungstherapie und vielfältiges Sportprogramm

Asthma bronchiale

- Anpassen der medikamentösen Therapie
- Coaching für den Umgang mit der Erkrankung in einem alltagsnahen Setting und in einem „geschützten“ Rahmen
- bei Bedarf psychologische Beratung
- Coaching/Asthmaschulung der Eltern zur Unterstützung ihres Kindes
- individuelle Berufsberatung unter Berücksichtigung der krankheitsbedingten Einschränkungen insbesondere bei Jugendlichen

Wann ist der ideale Reha-Zeitpunkt?

Bei Asthma-Beschwerden, die den Alltag und die Schulleistung beeinträchtigen, sollte nicht lange mit einer Reha gewartet werden. Es gilt, den Teufelskreis aus körperlichen Beeinträchtigungen und der psychischen Belastung, und daraus resultierender zunehmender Teilhabeeinschränkung, frühzeitig zu durchbrechen. Nur so können die Lebensqualität und die Gesundheit der Betroffenen nachhaltig verbessert werden.

Da Schulunterricht auch in der Reha stattfindet und Lerninhalte mit der Heimatschule abgestimmt werden, muss eine Reha nicht in die Ferien gelegt werden. Ggf. können entstandene Defizite gezielt aufgearbeitet werden.

Wer übernimmt die Kosten?

Die Kosten für eine Kinder- und Jugendreha werden von der Deutschen Rentenversicherung oder den Krankenkassen i.d.R. komplett übernommen. Lassen Sie sich wegen eines Reha-Antrags von Ihrem Kinder- und Jugendarzt oder Hausarzt beraten.

Wo gibt es weitere Infos?

Weitere Infos zur Kinder- und Jugendreha mit einer Liste der Rehakliniken für Kinder und Jugendliche sowie Tipps zur Antragsstellung erhalten Sie auf der Info-Seite:

www.kinder-und-jugendreha-im-netz.de