

addestrati ad assistere un bambino che subisca un attacco di asma? Questa scuola ha un elenco degli scolari asmatici e dei farmaci di cui gli stessi fanno uso? Avete una cassetta di pronto soccorso con tutto l'occorrente per assistere gli asmatici, in caso di estrema necessità. E non dimenticate, di fornire alla direzione della scuola tutti i dettagli relativi allo stato di salute del bambino.

Ricordate che il fumo delle sigarette può avere un effetto sull'asma. I genitori che fumano non dovrebbero mai accendere la sigaretta vicino ai bambini e dovrebbero impedire che altri lo facciano. Oltre a causare attacchi di asma in alcuni bambini, il fumo della sigaretta può essere responsabile anche di un aumento delle possibilità che i piccoli vengano colpiti da questa malattia.

Per ulteriori informazioni mettetevi in contatto con Asthma NSW telefonando al numero (02) 99063233, oppure al 1800 645 130 (chiamata gratuita).

Se avete bisogno di assistenza nel fare alcune telefonate in inglese telefonate al Servizio Traduttori e Interpreti (TIS) al numero 131 450.

Altri dettagli ed informazioni in italiano potrete trovarli su Internet (Multicultural Communication) digitando <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

I numeri di telefono sono corretti al momento della pubblicazione, ma non vengono aggiornati costantemente. E' bene pertanto controllare i numeri stessi sulla guida telefonica.

ITALIAN
4 October 1999

L'asma ed i bambini: una guida su ciò che bisogna fare

Asthma and children: a guide
to coping

L'asma ed i bambini: una guida su ciò che bisogna fare

Asthma and children: a guide to coping

Com'è avvenuto in altri paesi occidentali, anche in Australia è aumentato il numero dei bambini sofferenti di asma. Con uno su quattro bambini e con uno su sette adolescenti affetti da questa malattia, è ovvio che un gran numero di genitori è costretto ad occuparsi dei gravi problemi che ne derivano.

Sentirsi dire che il proprio bambino è affetto da asma può essere motivo di preoccupazioni e di stress, al pensiero soprattutto che il piccolo non sarà mai in grado di condurre una vita normale. E poi, come comportarsi nel caso il piccolo dovesse subire un attacco di asma? Secondo Asthma NSW, un'organizzazione che offre assistenza agli asmatici ed ai loro familiari, la prima cosa da fare è di approfondire la propria conoscenza su questa malattia e sui migliori interventi per controllare eventuali attacchi. Ecco alcune indicazioni di Asthma NSW sui sintomi dell'asma, e su come comportarsi quando ci si prende cura di un piccolo asmatico.

Sintomi che indicano l'esistenza della malattia. I sofferenti di asma hanno di solito canali respiratori troppo sensibili. Quando i piccoli sono esposti a raffreddori ed influenza, cambiamenti di tempo, fumo di sigarette o polvere, oppure quando sostengono qualche sforzo o esercizio fisico o vengono a trovarsi a contatto con peli di animali, questi canali tendono a restringersi, rendendo in tal modo assai difficile la respirazione. Sebbene i sintomi più comuni dell'asma siano gli starnuti, altri sintomi sono la tosse persistente, soprattutto la sera oppure dopo un esercizio

fisico, una fitta al petto o difficoltà di respirazione. Se un bambino tossisce durante la notte, quasi sempre oppure se affetto da raffreddore, non esitate a farlo visitare dal medico.

E se il medico dice che il bambino è affetto da asma?

Le cure per questa malattia danno risultati sempre più soddisfacenti ed i bambini asmatici sono ora in grado di vivere una vita normale poichè l'asma può essere facilmente tenuta sotto controllo.

Tenere sotto controllo l'asma fin dall'infanzia. L'asma può essere tenuta sotto controllo sia con l'uso di farmaci sia evitandone le cause principali. Fra i farmaci ricordiamo quelli di cui bisogna fare uso giornalmente, e che servono a rendere meno sensibili i canali respiratori, e quelli che offrono sollievo proprio quando i bambini hanno difficoltà nella respirazione. L'Asthma NSW consiglia di rivolgersi ad un medico che mostri un particolare interesse nella cura degli asmatici. Gli amici, il farmacista oppure il personale dei Centri sanitari comunitari ne conosceranno senz'altro qualcuno nella zona in cui abitate. Informatevi su ciò che bisogna fare per controllare l'asma a casa. Ciò vuol dire venire a conoscenza dei farmaci più efficaci, dei sintomi più comuni e più gravi e di ciò che bisogna fare per controllare eventuali attacchi. Se il piccolo compie esercizi che potrebbero causare attacchi di asma, fatevi dire dal medico come potrete affrontare la situazione. Non abbiate paura di rivolgere al medico le domande che volete. Se temete di dimenticarne qualcuna fatene una lista e se la lista è troppo lunga chiedete al medico di prolungare la consultazione.

Accertatevi che la scuola sia un posto dove ci si prende cura degli asmatici. Molte scuole sono disposte e preparate ad avere anche scolari che soffrono di asma. Ma non pensate che tutte lo facciano. Di conseguenza non esitate a formulare domande come le seguenti: siete