



*Alex knikt. Hij is moe. Hij heeft vannacht niet lekker geslapen omdat hij steeds moest hoesten. En gisteren ook al. Hij had het vannacht ook een beetje benauwd. Hij kon niet goed ademen. Dat voelde rot.*

Alex is al heel lang verkouden. Hij hoest veel en heeft af en toe moeite met ademen. Als Alex met zijn moeder naar de huisarts gaat, hoort hij dat hij astma heeft.



Kinderen zien vaak op tegen een bezoek aan de dokter of het ziekenhuis, omdat ze zich geen voorstelling kunnen maken van wat hen te wachten staat. De serie 'De ziekenboek' bereidt ouders en kinderen voor op de behandeling of helpt ze bij de verwerking ervan. De informatieve, vlot geschreven verhalen vertellen vanuit de belevingswereld van een kind over een ziekte, aandoening of medische ingreep. De vele illustraties ondersteunen en verlichten de situaties en verduidelijken de gebruikte medische voorwerpen. Achterin staat nuttige informatie voor de ouders.

*De astma van Alex* beschrijft hoe het is om astma te hebben en hoe je met de medicijnen om moet gaan. Ook wordt gekeken naar de manieren om zo min mogelijk last te hebben van je astma.



De Vier Windstreken

ISBN 978 90 5116 263 9



9 789051 162639



DE ZIEKENBOEG

EXTRA

Kliphuis – Van Vliet

De astma van Alex

De Vier Windstreken



DE ZIEKENBOEG

EXTRA

# De astma van Alex

Christine Kliphuis  
Helen van Vliet

Als je soms moeite hebt met ademen



De Vier Windstreken



‘Wat lag je vannacht weer te hoesten, jongen,’ zegt de moeder van Alex aan het ontbijt. Ze kijkt bezorgd. ‘Die verkoudheid van jou duurt nu al weken. Als het niet snel beter gaat, gaan we naar de dokter. Je hoest zo vaak de laatste tijd.’

Alex knikt. Hij is moe. Hij heeft vannacht niet lekker geslapen omdat hij steeds moest hoesten. En gisteren ook al. Hij had het vannacht ook een beetje benauwd. Hij kon niet goed ademen. Dat voelde rot.

‘Alex, snottebel,’ zegt zijn kleine zusje Jorie.



'Ja, veeg je neus even af, Alex,' zegt zijn vader.

Alex pakt gehoorzaam zijn zakdoek. Daarna eet hij langzaam zijn boterham met pindakaas op. Hij heeft niet veel trek. Het liefst zou hij weer gaan slapen. Maar hij moet naar school.

In de klas let hij niet zo goed op. Hij gaapt en staart een beetje voor zich

uit. Bij het rekenen hoort hij niet precies wat de juf vertelt.

'Alex, je moet vanavond maar eens vroeg naar bed gaan!' zegt juf Saskia. 'Je zit bijna te slapen in de klas.'

De juf snapt het niet, denkt Alex. Hij is heus wel op tijd naar bed gegaan, maar hij kon niet goed slapen door het hoesten. Daarom is hij moe. Daar kan hij toch niks aan doen?

Als hij 's middags uit school komt, voelt hij zich wat beter. Gelukkig maar, want straks heeft hij training van voetbal. Daar gaat hij altijd graag heen. Ze doen dan spelletjes met de bal en rennen over het veld. Zijn vriend David zit ook op voetbal. Ze zitten in hetzelfde team.

Alex speelt een tijdje met Poespoes. Hij loopt door de kamer met een speelgoedmuis aan een touwtje.



Poespoes springt achter hem aan en probeert de muis te vangen. Alex lacht.

Even later loopt hij de trap op om in zijn kamer te gaan spelen. Hij hijgt als hij boven is en hoort zijn adem piepen in zijn borst. Dan krijgt hij een hoestbui.

‘Je mag vandaag niet naar voetbal,’ zegt zijn moeder even later. ‘Dan loop je alleen maar te hoesten op het veld. Eerst moet je verkoudheid een beetje over zijn.’

‘Jammer,’ zegt Alex. Maar zijn moeder heeft wel gelijk. Als hij zo moet hoesten, kan hij niet lekker voetballen.

Die nacht slaapt Alex weer niet goed. Hij heeft een benauwd gevoel en moet steeds hoesten. Zijn moeder geeft hem een hoestdrankje, maar het helpt niet echt. Hij voelt zich naar en hij is ook een beetje bang. Hij wil gewoon kunnen ademen. Zijn moeder zit een tijd bij zijn bed.

‘Vandaag maak ik een afspraak bij de huisarts,’ zegt ze de volgende morgen. ‘Dit kan zo niet langer.’

De dokter geeft hem een hand. ‘Hallo Alex,’ zegt hij. ‘Hoe is het ermee?’

Alex haalt zijn schouders op. ‘Gaat wel,’ zegt hij. ‘Ik moet alleen steeds hoesten.’

‘Hij heeft het ’s nachts ook be-

nauwd,' zegt zijn moeder. 'Daardoor slaapt hij niet goed.'

'We zullen eens naar je longen luisteren,' zegt de dokter.

De huisarts luistert aan Alex' rug en borst. Hij doet dat met een speciaal luisterding. Het is een rond plaatje met twee slangetjes eraan. Die doet de dokter in zijn oren.

'Dit is een stethoscoop. Hiermee kan ik goed horen wat er in je longen gebeurt,' vertelt de dokter. 'Adem maar eens diep in en uit. Goed zo.'



De dokter onderzoekt Alex' longen met de stethoscoop en voelt daarna ook met zijn handen aan Alex' buik en hals. Daarna praat de dokter een tijdje met zijn moeder. Alex kijkt uit het raam. Het is herfst en de blaadjes van de bomen dwarrelen door de lucht.

'Let je even op, Alex?' vraagt de dokter. 'Ik wil je uitleggen wat er met je aan de hand is.'

De dokter wijst op een plaat aan de muur. 'Hier kun je zien hoe je er vanbinnen uitziet. Daar bovenaan zit het hart met daarnaast aan beide kanten de longen. Die gebruik je om lucht in en uit te ademen. Lucht heb je nodig om te kunnen leven. Als je inademt gaat de lucht door buisjes naar je longen. Eerst door een grote buis – je luchtpijp – en daarna door steeds kleinere buisjes. Al die buisjes samen noemen we je luchtwegen. Kijk maar.'

De dokter wijst de buisjes aan op de plaat aan de muur. Alex vindt