Weitere sozialrechtliche Informationen sowie Ratgeber zum kostenlosen Download finden Sie stetig aktualisiert unter www.betanet.de.

© 2025 beta Institut gemeinnützige GmbH | Kobelweg 95, 86156 Augsburg | www.betanet.de

Asthma > Allgemeines

1. Das Wichtigste in Kürze

Warum Menschen Asthma entwickeln ist noch nicht bis ins Detail erforscht, klar ist aber, dass sowohl Gene als auch Faktoren in der Umgebung eine Rolle spielen. Asthma kann in jedem Alter erstmals auftreten.

Abhängig vom Auslöser unterscheidet man folgende Asthma-Formen:

- allergisches,
- nicht-allergisches und
- gemischtförmiges Asthma.

Für die Betroffenen ist es wichtig zu wissen, welche Form des Asthmas sie haben, damit sie sich im Alltag entsprechend verhalten können. Dies hat z.B. Einfluss auf die Berufswahl (Asthma > Beruf und Arbeit), die Ernährung (Asthma > Ernährung), die Wahl des Urlaubsorts und das Wohnen bei Asthma.

2. Symptome

Die Symptomatik von Asthma kann in der Ausprägung und Dauer sehr unterschiedlich sein:

- Wiederholte, tageszeitunabhängige, anfallartig auftretende Atemnot
- Giemendes (trockenes und pfeifendes) Atemgeräusch
- Engegefühl in der Brust
- Husten mit oder ohne Auswurf

3. Allergisches Asthma (extrinsisches Asthma)

Ursache für die Erkrankung ist eine Reaktion auf allergisierende Stoffe aus Umwelt und Arbeitswelt. Häufigste Auslöser sind:

- Pollen (Gräser, Roggen, Birke, Erle, Hasel, Buche, Wegerich)
- Tierhaare (Katze, Hund, Pferd, Nagetiere u.a.)
- Hausstaubmilben
- Schimmelpilze
- Insektengiftallergene (Bienen, Wespen)
- Berufliche Allergene (häufig: Bäcker, Landwirte, Tierpfleger, Friseure, Molkereiarbeiter, Drucker)

4. Nicht-allergisches Asthma (intrinsisches Asthma)

Auslöser sind:

- Infektionen der Atemwege
- Anstrengungsasthma
- Klimafaktoren
- Umwelteinflüsse
- Psychische Belastung
- Medikamente (z.B. Betablocker, Acetylsalicylsäure)

5. Gemischtförmiges Asthma

Entzündliche Veränderungen der Atemwege, die für ein allergisches Asthma typisch sind, führen dazu, dass die Empfindlichkeit gegenüber unspezifischen Reizen zunimmt. Die meisten erwachsenen Asthmatiker sind davon betroffen.

6. Cough-variant-Asthma (Husten als Asthma-Äquivalent)

Bei einem cough-variant-Asthma fehlen typische Symptome wie Atemnot oder Atemgeräusche, dafür tritt ein chronischer

trockener Husten auf, dessen Ursache zunächst unklar ist. Bei Betroffenen wird die Diagnose oft spät oder gar nicht gestellt. Etwa ein Drittel der Betroffenen entwickelt ein klassisches Asthma.

7. Einstufung des Asthmas: Asthmakontrolle

Die Grundlage der Therapie sollte eine regelmäßige Beurteilung und Kontrolle der Symptome sein. Es werden 3 Grade der Asthmakontrolle unterschieden:

- Kontrolliertes Asthma
- Teilweise kontrolliertes Asthma
- Unkontrolliertes Asthma

	Gut kontrolliert	Teilweise kontrolliert	Unkontrolliert
Symptomkontrolle bei **Kindern**: Der Patient hatte in den letzten 4 Wochen: • tagsüber Symptome • Nächtliches Erwachen durch Asthma • Verwendung von Bedarfsmedikation • Krankheitsbedingte Einschränkungen der Aktivitäten	Kein Kriterium erfüllt	1–2 Kriterien erfüllt	3–4 Kriterien erfüllt
Symptomkontrolle bei **Erwachsenen**: Der Patient hatte in den letzten 4 Wochen: • Mehr als 2 mal in der Woche tagsüber Symptome • Nächtliches Erwachen durch Asthma • Verwendung von Bedarfsmedikation öfter als 2 mal pro Woche • Krankheitsbedingte Einschränkungen der Aktivitäten	Kein Kriterium erfüllt	1–2 Kriterien erfüllt	3–4 Kriterien erfüllt

Mithilfe der Asthmakontrolle kann die Therapie gezielt an den aktuellen Gesundheitszustand angepasst werden. Zur **Risikobeurteilung** für eine zukünftige Verschlechterung des Asthmas werden regelmäßig Untersuchungen zur Lungenfunktion durchgeführt. Außerdem wird die Anzahl der Asthma-Anfälle mit ausgeprägter Symptomatik dokumentiert.

8. Begleiterkrankungen

Häufig tritt Asthma in Kombination mit anderen Erkrankungen auf, z.B.:

- Entzündungen der Nasenschleimhaut oder Nasennebenhöhlen
- Allergien
- COPD (Chronisch obstruktive Lungenerkrankung)
- Übergewicht
- psychische Erkrankungen
- Refluxkrankheit (Rückfluss von Magensaft in die Speiseröhre)

9. Praxistipps

- Auf der Website der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF) finden Sie die aktuelle Versorgungsleitlinie Asthma und zahlreiche Patientenblätter mit weiteren Informationen zum Thema Asthma unter www.awmf.org > Suchbegriff: "Nationale VersorgungsLeitlinie Asthma".
- Die **Gesellschaft für Pädiatrische Allergologie und Umweltmedizin e.V. (GPA)** stellt unter www.gpau.de > Eltern- [&] Kinderinformationen Flyer und Ratgeber für betroffene Kinder und ihre Eltern zur Verfügung.
- Der **Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V. (DAAB)** informiert unter www.daab.de > Atemwege über Atemwegsprobleme wie Asthma und COPD.
- Ausführliche Informationen zu Asthma, möglichen Therapien und Risikofaktoren finden Sie beim **Lungeninformationsdienst** unter www.lungeninformationsdienst.de > Lungenkrankheiten > Asthma. Unter www.lungeninformationsdienst.de > Service > Lungenfachkliniken finden Sie zudem einen Überblick über Lungenfachkliniken.

10. Verwandte Links

Asthma

Asthma > Behandlung

Asthma > Ernährung

Asthma > Schwangerschaft - Sexualität

Asthma > Verhaltensempfehlungen

Allergien

COPD