

Sportarts promoveert op astma

Astma is een kwelling, weet sportarts in opleiding Jean Driessen. Hij promoveert op onderzoek naar inspanningsastma bij kinderen. Hij lijdt er zelf aan.

ELISABETH POST

Sportarts in opleiding Jean Driessen (37) heeft astma. „In de periodes dat ik me goed voel, heb ik veel in te halen.” Zo voel je je goed, een moment later lijkt het alsof je stikt. Driessen lag als kind al eens op de intensive care. „Zo erg kan het dus zijn.”

De sportarts, die binnen het ziekenhuis werkt bij het Sportmedisch Expertisecentrum in Sportstad Heerenveen, promoveert aan de Universiteit van Amsterdam op een onderzoek naar inspanningsastma bij kinderen. De methodes om vast te stellen of een kind al dan niet astma krijgt tijdens het sporten, zijn volgens Driessen achterhaald. Patiëntjes krijgen twintig vragen en moeten een inspanningstestje doen in een vaak warme omgeving.

Kenmerkend voor inspanningsastma is tijdens het bewegen het snelle opkomen en verdwijnen van de klachten. De symptomen zijn onder meer piepen, beklemde ademhaling en hoesten. Ook kan pijn op de borst voorkomen. „De vraagstelling kan beter en je moet juist niet testen in een warme ruimte. De luchtwegen van een astmapatiënt zijn gebaat bij warmte en vocht. En kou veroorzaakt net vernauwing in de luchtweg. Je moet dus anders testen om een correct beeld te krijgen.”

Driessen startte zijn onderzoek in 2005, zag ruim driehonderd kinderen met astma op de ijsbaan in Enschede. Waarom een ijsbaan? „Omdat de lucht boven de ijsvloer constant is en je zo de typische Nederlandse wintersituatie na kunt bootsen.” Enschede heeft bovendien de koudste ijshockeyhal in Nederland, weet hij uit ervaring.

Als kind sportte hij weinig, maar was hij veel aan het gamen. Glimlachend: „Ik ben er goed in geworden, zoals de meeste kinderen met inspanningsastma. Die bewegen niet meer, maar ‘vluchten’ in de computer.” Later, toen hij medicijnen studeerde in Groningen, is Driessen



Sportarts in opleiding Jean Driessen promoveert vandaag op een onderzoek naar inspanningsastma bij kinderen. FOTO NOORDOOST/ALEX DE HAAN



‘Onbegrijpelijk dat er nog ouders door blijven paffen’

gaan ijshockeyen. Met bewegen en medicijnen heeft de arts de astma redelijk onder controle, al kan hij zich niet lang en intensief inspannen. „Dus sta ik op goal, van korte stukjes schaatsen krijg je geen last.”

Driessen liet de kinderen zes minuten op een loopband rennen. Hij mat onder meer voor- en achteraf de longfunctie. Dan blijkt dat veel kinderen niet na, maar al tijdens het sporten kortademig worden. „Er is altijd gezegd dat je na een inspanning last krijgt en dan vijftien minuten nodig hebt om te herstellen. Maar uit ervaring wist ik al dat dat niet zo is. Dat heb ik nu ook wetenschappelijk aangetoond.” Het testen van de kinderen was af en toe wel spannend, zegt Driessen. In drie gevallen dreigde een kind onderuit te gaan, omdat het nauwelijks nog lucht kreeg. „Maar daarvoor heb je

dan medicijnen bij de hand om ze er weer bovenop te helpen. Natuurlijk, het is goed gekomen.”

De sportarts testte kinderen in de leeftijd van vier tot en met achttien jaar. Samen met onder meer zijn vriendin Janneke van Leeuwen bedacht hij een manier om op eenvoudige wijze te ontdekken of kleine kinderen al dan niet inspanningsastma hebben. Ze lieten ze bewegen op een springkussen. „Dat is veilig en betrouwbaar en er komen geen medicijnen aan te pas.” Een van de manieren om inspanningsastma vast te stellen is het toedienen van het stofje metacholine. „Maar kinderen vin-

den dat minder fijn.”

Met inspanningsastma en het innemen van de juiste medicijnen is goed te leven, zegt Driessen. „En je moet vooral ook uit de buurt van rokers blijven. Onbegrijpelijk dat er nog altijd ouders zijn die door blijven paffen, terwijl hun kind daar echt verschrikkelijk onder lijdt.” Het is ook belangrijk in conditie te zijn.

Patiëntjes zijn geneigd om maar niet meer te bewegen, terwijl dat juist wel moet, zegt de sportarts. „Je raakt je klachten niet kwijt, maar je kunt wel langer bewegen zonder dat je er last van krijgt. Bovendien raak je zo niet in een sociaal isolement.”