

**BASIS 5****LUCHTKWALITEIT EN LONGAANDOENINGEN****12.5.1 Je kunt aangeven wat de gevolgen kunnen zijn van een slechte luchtkwaliteit op de ademhaling.**

- Verschillende stoffen in de lucht kunnen zorgen voor een slechte luchtkwaliteit:
  - bacteriën, sporen en stuifmeel van planten
  - fijnstof en gassen uit auto's en fabrieken
  - tabaksrook
- Klachten door slechte luchtkwaliteit: hoesten, benauwd gevoel, kortademigheid.
- Tabaksrook bestaat uit schadelijke stoffen.
  - Koolstofmonoxide: bloed vervoert minder zuurstof, waardoor de conditie slechter wordt.
  - Nicotine werkt verslavend.
  - Teer vormt een laagje tegen de binnenwand van de luchtwegen. Daardoor bewegen de trilharen minder snel. Slijm wordt daardoor niet goed afgevoerd. De luchtwegen worden nauwer. Er kan minder lucht in en uit de longen stromen.
  - Teer veroorzaakt een rokershoest.
  - Teer bevat kankerverwekkende stoffen.

**12.5.2 Je kunt omschrijven wat er aan de hand is bij astma, bronchitis, longemfyseem, tuberculose en hooikoorts.**

- Astma is een blijvende ontsteking van de bronchiën. Astma is vaak erfelijk.
  - De luchtwegen zijn vernauwd door samentrekkende spiertjes.
  - Het slijmvlies in de luchtwegen is bij astma verdikt.
  - Prikkels kunnen een astma-aanval veroorzaken.
  - Voorbeelden van prikkels zijn: huidschilfers van huisdieren, huisstofmijt, uitlaatgassen, tabaksrook of plotselinge temperatuurwisselingen.
- COPD is een verzamelnaam voor chronische bronchitis en longemfyseem.
  - Chronische bronchitis: blijvende ontsteking van de bronchiën. Daardoor wordt er meer slijm gemaakt. Hierdoor zijn de bronchiën vernauwd.
  - Longemfyseem: beschadiging van de wanden van longblaasjes.
  - Roken is de belangrijkste oorzaak van COPD.
- Ook bacteriën en virussen kunnen zorgen voor problemen met ademhalen of beschadigingen aan de luchtwegen.
  - Tuberculose: een bacteriële infectie die onder andere kan zorgen voor extra slijvorming in de longen. Hierdoor gaat een patiënt hoesten en kan hij moeilijker ademhalen.
- Hooikoorts is een overgevoeligheid voor stuifmeelkorrels (pollen).
  - Hooikoorts is geen longaandoening, maar een allergische reactie.
  - Symptomen: loopneus, niesbuien, ontstoken slijmvliezen en tranende ogen.