**Wat is bronchitis?**

Bronchitis is een ontsteking in de kleine buisjes van de longen. Die kleine buisjes heten bronchiën.

Bij een bronchitis zwelt het slijmvlies aan de binnenkant van de buisjes op. Ook wordt er veel slijm gemaakt.

Bronchitis komt veel voor in de herfst en winter. Bronchitis komt vaker voor en duurt langer bij mensen met astma, mensen met COPD en mensen die roken.

**Wat zijn de verschijnselen van bronchitis?**

Verschijnselen van bronchitis kunnen zijn:

* veel hoesten
* ophoesten van slijm
* benauwdheid
* branderige pijn achter het borstbeen bij het hoesten
* moeheid
* piepende ademhaling
* koorts (soms)

De meeste klachten duren ongeveer 2 weken. Het hoesten kan ook wel een paar weken langer duren. Vooral bij mensen die roken kunnen de klachten langer blijven.

**Wat is de oorzaak van bronchitis?**

Meestal ontstaat bronchitis door een virus, bijvoorbeeld bij een [verkoudheid](http://nhg.artsennet.nl/kenniscentrum/k_voorlichting/NHGZiektebeschrijvingen/NHGZiektebeschrijving/Z115.htm) of [griep](http://nhg.artsennet.nl/kenniscentrum/k_voorlichting/NHGZiektebeschrijvingen/NHGZiektebeschrijving/Z059.htm). Zo'n virusinfectie kan vanuit de neus en de keel in de longen terechtkomen. Soms is een bacterie de oorzaak van een bronchitis.

Mensen met een virusinfectie van de luchtwegen verspreiden het virus via druppeltjes speeksel en vocht in de uitgeademde lucht. Als andere mensen die druppeltjes inademen, raken zij met het virus besmet. Dit gebeurt vooral als mensen dicht bij elkaar zitten, bijvoorbeeld in de bus, tram of trein, op kantoor, op school of in een kinderdagverblijf.  
Het virus kan ook via de handen worden overgedragen. Iemand die verkouden is, zit bijvoorbeeld aan zijn neus of doet zijn hand voor de mond om te niezen of te hoesten. Vervolgens geeft hij een ander de hand of raakt iets aan dat daarna door anderen wordt aangeraakt.

Bij mensen met astma kan een allergische reactie voor een bronchitis zorgen. Zo kunt u een bronchitis krijgen als u allergisch bent voor bijvoorbeeld katten, honden, huisstofmijt of boompollen.

**Adviezen bij bronchitis**

* U hoeft niet in bed te blijven, maar doe wel rustig aan. Ook met koorts mag u gerust even naar buiten.
* Drink voldoende, zeker als u koorts heeft.
* [Stop met roken](https://www.thuisarts.nl/video/stoppen-met-roken) als u rookt. Door het roken bent u vatbaarder voor infecties en duurt het herstel ervan langer.
* Houd bij hoesten een papieren zakdoek voor uw mond. Was uw handen regelmatig om te voorkomen dat u anderen besmet. U kunt ook in de plooi van uw elleboog hoesten.
* Haal de griepprik als u daarvoor in aanmerking komt. Mensen met een chronische ziekte en mensen boven de 60 jaar krijgen een oproep voor de griepprik. Komt u voor de griepprik in aanmerking maar heeft u geen oproep gehad? Neem dan contact op met uw huisarts.

**Behandeling van bronchitis**

**Middelen tegen het hoesten?**

Hoestdrankjes en drankjes met een ‘slijmoplosser’ helpen meestal niet.

Als u zich erg ziek voelt, kunt u 3 tot 4 maal per 24 uur 1 of 2 paracetamol van 500 milligram innemen. Misschien voelt u zich dan iets beter, maar u herstelt hierdoor niet sneller.

***Antibiotica***

Antibiotica zijn zelden nodig bij bronchitis. Bronchitis wordt meestal door een virus veroorzaakt. Antibiotica helpen alleen tegen bacteriën.  
Soms duurt de koorts langer dan 3 dagen. Of de koorts komt terug na een paar dagen zonder koorts. In die gevallen kan een infectie met bacteriën de oorzaak zijn. Antibiotica kunnen dan wel helpen.

***Middelen tegen kortademigheid***

Bent u benauwd? Dan kunnen [inhalatiemiddelen](http://www.thuisarts.nl/astma/ik-neem-medicijnen-voor-astma) helpen om de luchtwegen wijder te maken. Dit zijn medicijnen die u inhaleert (pufjes). Hierdoor neemt uw benauwdheid af. U herstelt niet sneller door het medicijn. Een luchtwegverwijder werkt snel: binnen 10 tot 30 minuten bent u minder benauwd. Er zijn luchtwegverwijders die kort werken (4 tot 6 uur), zoals salbutamol, en luchtwegverwijders die lang werken (12 tot 48 uur), zoals formoterol.

Sommige luchtwegverwijders geven bijwerkingen: trillende handen, onrust en hartkloppingen. Deze bijwerkingen kunnen vervelend zijn, maar kunnen geen kwaad.

Paracetamol werkt pijnstillend en koortsverlagend.

Het is te gebruiken bij verschillende soorten pijn zoals, hoofdpijn, migraine, koorts, griep, verkoudheid, keelpijn, bijholteontsteking, middenoorontsteking, oorpijn, artrose (versleten gewrichten), spierpijn, gewrichtspijn en menstruatieklachten.

Bron: [Apotheek.nl](http://www.apotheek.nl/medicijnen/paracetamol)

**Hoe gaat het verder bij bronchitis?**

Bronchitis gaat meestal vanzelf over. Meestal verdwijnen de klachten na 2 weken. Het hoesten kan soms nog 1 tot 3 weken langer duren.

Krijgt u weer bronchitis, dan kan dat wijzen op [astma](https://www.thuisarts.nl/astma-bij-volwassenen) (astmatische bronchitis) of [COPD](https://www.thuisarts.nl/copd) (chronische bronchitis/emfyseem). Bespreek dan of meer onderzoek nodig is om te kijken of u dit heeft. Als luchtwegverwijders bij uw bronchitis goed helpen, dan heeft u mogelijk astma.

**Wanneer moet ik contact opnemen met de huisarts bij bronchitis?**

Bel uw huisarts als u naast hoesten:

* benauwd bent of een piepend geluid maakt bij het ademhalen;
* langer dan een dag [bloederig slijm ophoest](https://www.thuisarts.nl/bloed-ophoesten);
* zich steeds suf of erg slaperig voelt;
* langer dan 5 dagen koorts heeft (meer dan 38°C);
* opnieuw koorts krijgt nadat u meerdere dagen geen koorts meer had;
* koorts heeft met koude rillingen;
* medicijnen gebruikt die uw weerstand verminderen
* een chronische ziekte heeft waardoor uw weerstand minder is.

Bel ook als u langer dan 4 weken blijft hoesten of vaker periodes krijgt waarin u hoest.

Bent u 75 jaar of ouder? Bel dan ook als u alleen hoest en piept, zonder andere klachten.

**Meer informatie over bronchitis**

De informatie over bronchitis is gebaseerd op de wetenschappelijke richtlijnen voor huisartsen, de NHG-standaarden [acuut hoesten](https://www.nhg.org/standaarden/samenvatting/acuut-hoesten), [astma bij volwassenen](https://www.nhg.org/standaarden/samenvatting/astma-bij-volwassenen) en [COPD](https://www.nhg.org/standaarden/samenvatting/copd).

--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

**Wat is een longontsteking?**

Bij een longontsteking zijn de kleinere luchtwegen en de longblaasjes ontstoken.

Waar zitten de kleinere luchtwegen? Als u inademt stroomt de lucht door de luchtpijp naar uw longen. De luchtpijp vertakt zich in steeds kleinere luchtwegen. Die heten bronchiën en bronchioli. De kleinste vertakkingen eindigen in de longblaasjes. Daar wordt de zuurstof in uw bloed opgenomen.

**Wat zijn de verschijnselen van een longontsteking?**

Iemand met longontsteking krijgt last van:

* hoesten
* kortademigheid
* koorts
* een snelle ademhaling
* een snelle hartslag
* soms: pijn bij diep inademen
* een slap en lusteloos gevoel
* erg moe zijn

De klachten kunnen in korte tijd ontstaan of pas nadat u al een aantal dagen verkouden bent geweest. In plaats van op te knappen na de verkoudheid, wordt u door de longontsteking juist zieker.

**Hoe ontstaat een longontsteking?**

Een longontsteking wordt veroorzaakt door een virus of een bacterie.

Vaak heeft iemand eerst een virusinfectie van de bovenste luchtwegen (verkoudheid, keelpijn). Deze gaat vanzelf over.

Een enkele keer kan de infectie zich verder uitbreiden naar de lagere luchtwegen tot aan de longblaasjes. Daar begint de longontsteking. Het slijmvlies zwelt op en er ontstaat meer slijm. Doordat er slijm in de longblaasjes zit, kunt u daar minder zuurstof opnemen en wordt u benauwd.   
Een voorbeeld van een virus dat een longontsteking kan veroorzaken is het griepvirus (influenzavirus).

Wanneer een longontsteking door een virus een paar dagen bestaat, kunnen er bacteriën bij komen die de longontsteking verergeren.

Een longontsteking kan ook direct door een bacterie worden veroorzaakt.

**Wanneer heeft iemand meer kans op een longontsteking?**

Bepaalde groepen mensen hebben meer kans op het krijgen van een longontsteking. Het gaat onder andere om:

* jonge kinderen;
* kinderen en volwassenen met astma;
* mensen met COPD;
* mensen met diabetes mellitus;
* ouderen;
* rokers;
* mensen die regelmatig alcohol drinken;
* mensen die langdurig op bed liggen;
* mensen met minder weerstand door ziekte of medicijngebruik;
* mensen met hartfalen.

**Wat kunt u zelf doen bij een longontsteking?**

De volgende adviezen zijn belangrijk bij een longontsteking:

* Drink voldoende, zeker als u koorts heeft.
* Neem rust als u slap, zwak of moe bent.
* Rook niet en vraag de mensen in uw omgeving om niet te roken.

Neem bij heftige pijn genoeg paracetamol op vaste tijden. Kijk bij [Pijnstillers](http://thuisarts.nl/pijn/ik-wil-pijnstiller-gebruiken-vanaf-18-jaar) hoeveel u mag nemen.

Hoestmiddelen en slijmoplossende drankjes worden veel verkocht maar helpen niet. Van hoestmiddelen die u bij de drogist of apotheek kunt kopen, is de werking nooit aangetoond. Ze helpen niet tegen hoest of slijm en zeker niet om de longontsteking sneller te laten genezen.

Paracetamol werkt pijnstillend en koortsverlagend.

Het is te gebruiken bij verschillende soorten pijn zoals, hoofdpijn, migraine, koorts, griep, verkoudheid, keelpijn, bijholteontsteking, middenoorontsteking, oorpijn, artrose (versleten gewrichten), spierpijn, gewrichtspijn en menstruatieklachten.

Bron: [Apotheek.nl](http://www.apotheek.nl/medicijnen/paracetamol)

**Medicijnen bij een longontsteking**

Het is vaak niet duidelijk of een longontsteking door een virus of bacterie komt. Een longontsteking door bacteriën kan ernstig verlopen.

Daarom krijgt u meestal voor de zekerheid een antibioticakuur. Antibiotica helpen meestal snel en goed tegen bacteriën.  
Tegen virussen helpen antibiotica niet. Gelukkig gaat een virusinfectie meestal vanzelf over.

Maak de antibioticakuur af, ook als u geen klachten meer heeft. Dit is belangrijk, want als niet alle bacteriën zijn opgeruimd kunnen ze opnieuw een infectie veroorzaken.

**Hoe gaat het verder bij een longontsteking?**

De longontsteking gaat meestal tijdens de antibioticakuur al over. Meestal is na 2 tot 3 dagen uw temperatuur weer normaal.

De hoestklachten kunnen nog een paar weken blijven bestaan.

U kunt nog een aantal maanden moe blijven.

**Wanneer contact opnemen bij een longontsteking?**

Bel bij een longontsteking de huisartsenpraktijk:

* als de klachten na drie dagen antibiotica nog niet minder zijn of
* als u of uw kind ondanks de antibiotica zieker wordt.   
    
  Let daarbij op de volgende klachten:
* benauwdheid;
* een heel snelle ademhaling;
* ademhaling die af en toe even stopt;
* piepende ademhaling;
* sufheid;
* verwardheid;
* koorts die niet weg gaat tijdens het begin van de kuur;
* koorts die weer terugkomt na een paar koortsvrije dagen;
* koude rillingen.

Wanneer u langdurig hoest, afvalt of bloed ophoest, is verder onderzoek nodig. Er wordt dan gekeken of er een andere oorzaak voor het hoesten is.

**Meer informatie over longontsteking**

De informatie over longontsteking is gebaseerd op de wetenschappelijke richtlijn voor huisartsen, de NHG-Standaard [Acuut hoesten](https://www.nhg.org/standaarden/samenvatting/acuut-hoesten).