

# Selbsttest Asthma bronchiale

Dieser Test ersetzt nicht das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Haben Sie wiederholt nachts plötzlich Atemnot oder Husten?	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Haben Sie Atemnot oder Husten nach körperlicher Belastung (z. B. Sport, Treppensteigen, Gartenarbeit, insbesondere bei kalter Luft)?	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Bekommen Sie Atemnot oder Husten, wenn jemand in Ihrer Nähe raucht oder bei Rauch und Staub in der Luft?	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Haben Sie öfter Atemnot zu bestimmten Zeiten, z. B. im Frühjahr, wenn die Gräser blühen oder Pollen fliegen?	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Nehmen Sie im Zusammenhang mit Atemnot manchmal pfeifende Geräusche beim Atmen wahr?	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
Leiden Sie selbst oder Ihre Eltern unter Heuschnupfen oder Allergien?	<input type="radio"/> ja	<input type="radio"/> nein
<p><b>Wenn Sie einmal mit „ja“ geantwortet haben, sprechen Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, ob bei Ihnen Asthma bronchiale vorliegen könnte. Menschen, die selbst oder deren Eltern unter Heuschnupfen oder Allergien leiden, haben ein erhöhtes Risiko für das Auftreten von Asthma bronchiale.</b></p>		



### Risikofaktoren

Risikofaktoren können durch einen gesunden, rauchfreien Lebensstil mit moderater Bewegung, ausgewogenem Essen und innerer Ausgeglichenheit vermindert werden: [aok.de/bayern/meinegesundheit](https://aok.de/bayern/meinegesundheit)



### Check-up-35

Die AOK bietet ihren Versicherten, die das 35. Lebensjahr vollendet haben, alle drei Jahre den sogenannten „Check-Up-35“ an. Ziel dieser Untersuchung ist das frühzeitige Erkennen häufig auftretender Krankheiten.



### AOK-Curaplan: 20 Jahre Erfahrung für eine optimale Betreuung

Bei einer Asthmaerkrankung steht Ihnen Ihre AOK zusätzlich zur ärztlichen Begleitung als kompetenter Partner zur Seite. Nähere Informationen zu den zusätzlichen Leistungen bei AOK-Curaplan erhalten Sie von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt sowie in jeder AOK-Geschäftsstelle. Oder besuchen Sie uns im Internet unter [aok.de/bayern/curaplan](https://aok.de/bayern/curaplan)

**Ihre Teilnahme**  
ist kostenfrei.

AOK Bayern – Die Gesundheitskasse. Bruderwöhrdstr. 9, 93055 Regensburg, E-Mail: [curaplan@by.aok.de](mailto:curaplan@by.aok.de)  
DMP 63 (III/2023)