

WAS PASSIERT BEI COPD?



Foto: © www.JenaFoto24.de / pixelio.de

LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

Ihr Arzt hat bei Ihnen eine COPD festgestellt. COPD steht für die englische Abkürzung „Chronic Obstructive Pulmonary Disease“, auf Deutsch: dauerhaft atemwegsverengende Lungenerkrankung. Die COPD ist eine Erkrankung der Lunge, die nicht heilbar, aber behandelbar ist.

▶ DAS PASSIERT BEI COPD

Um besser verstehen zu können, wie sich eine COPD auf die Atemwege auswirkt, ist es wichtig, die „normale“ Atmung zu kennen: Die Lunge ist aufgebaut wie ein umgekehrter Baum mit der Luftröhre als Stamm. Von dort aus gelangt die Luft über zwei große Hauptäste und viele kleine Zweige – die Bronchien – bis zu den „Blättern“, den sogenannten Lungenbläschen. Von dort aus wandert der Sauerstoff ins Blut. Dieser Austausch funktioniert nur in den Lungenbläschen. Deswegen ist es so bedeutsam, dass die Atemluft ungehindert bis dorthin strömen kann.

Bei einer COPD sind die Atemwege – die Bronchien – ständig verengt. Die Lungenbläschen sind teilweise zerstört und überbläht wie kleine Ballons. Diese Überblähung lässt sich nicht wieder rückgängig machen.

▶ RISIKOFAKTOREN FÜR EINE COPD

Der Hauptrisikofaktor für eine COPD ist:

- das Rauchen

Weitere Risiken sind:

- das berufsbedingte Einatmen von Staub, etwa im Bergbau
- die allgemeine Luftverschmutzung
- häufige Atemwegsinfektionen im Kindesalter
- bestimmte, seltene Kinderkrankheiten der Atemwege

▶ BESCHWERDEN

Die drei typischen Beschwerden bei einer COPD sind:

- Atemnot (anfangs meist nur unter Belastung, später oft auch in Ruhe)
- Husten
- Auswurf

Viele Patienten haben diese Beschwerden seit Jahren, nehmen sie jedoch nicht ernst oder verdrängen sie. Es besteht die Gefahr, dass die Erkrankung unerkannt bleibt, nicht behandelt wird und weiter fortschreitet.

▶ BEHANDLUNG

Bei der Behandlung einer COPD werden Medikamente und nichtmedikamentöse Behandlungsverfahren eingesetzt, die sich gegenseitig ergänzen. Welche Behandlung notwendig ist, richtet sich danach, wie schwer Sie erkrankt sind.

Wichtige Elemente der Behandlung sind:

- Meiden von Schadstoffen, zum Beispiel Rauchen oder Stäube
- rehabilitative Maßnahmen, einschließlich Patientenschulung, Atemphysiotherapie und körperliches Training
- Gabe von Bronchodilatoren: Sie erweitern die Atemwege (Bronchien) und werden in der Regel als Spray verabreicht. Sie sind die Basismedikamente der COPD.
- Gabe von Kortisonpräparaten: Sie werden in der Regel eingesetzt, um akute Verschlimmerungen („COPD-Schübe“) zu verhindern.
- in schweren Fällen eine Langzeitsauerstofftherapie

▶ WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

Bei der Behandlung einer COPD ist Ihr Arzt auf Ihre Mitarbeit angewiesen. Sie können viel tun, um Ihren Gesundheitszustand zu unterstützen.

Dazu gehört im Einzelnen:

- **Verzichten Sie auf das Zigarettenrauchen.**
Die häufigste Ursache einer COPD ist das Rauchen. Falls Sie rauchen sollten, ist jetzt das Wichtigste, damit aufzuhören. Um Ihnen zu helfen, diesen Entschluss durchzuhalten, gibt es viele Angebote, zum Beispiel Tabakentwöhnungskurse oder medikamentöse Hilfen. Weitere Informationen und Adressen hierzu finden Sie in der PatientenLeitlinie (siehe Kasten).
- **Achten Sie auf ausreichend Bewegung.**
Körperliches Training, etwa leichtes Gehtraining oder jede Art von Ausdauertraining, verbessert bei COPD Ihre Belastbarkeit und Ihre Lebensqualität. Fragen Sie Ihren Arzt, welche Art körperliches Training in Ihrem speziellen Fall infrage kommt, zum Beispiel im Rahmen einer Lungensportgruppe.

- **Kontrollieren Sie Ihr Gewicht.**
Bei vielen Patienten mit COPD tritt ein ungewollter Gewichtsverlust auf. Umgekehrt kann es aber auch zu einer raschen Gewichtszunahme kommen, die oft auf eine beeinträchtigte Herzfunktion hinweist. Ändert sich Ihr Gewicht, ohne dass Sie Ihre Lebensweise bewusst umstellen, oder verlieren Sie mehr als zwei Kilogramm innerhalb eines halben Jahres, sollten Sie dies mit Ihrem Arzt besprechen.
- **Gehen Sie zu Ihrem Arzt, wenn Sie länger als 24 Stunden eine Verschlechterung verspüren.**
Einer Verschlechterung sollte rasch entgegengewirkt werden. Suchen Sie deshalb Ihren Arzt auf, wenn Sie länger als einen Tag stärker als sonst unter Atemnot und Husten leiden, oder Sie mehr Schleim abhusten.
Auch bei allgemeinen Krankheitszeichen wie Müdigkeit, Abgeschlagenheit oder Fieber sollten Sie zum Arzt gehen.
- **Besteht der Verdacht, dass die Erkrankung durch Ihren Beruf verursacht wurde, so denken Sie daran, möglichst frühzeitig Ihren Betriebsarzt beziehungsweise die Berufsgenossenschaft einzuschalten.**

▶ MEHR INFORMATIONEN

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst wichtige Punkte der PatientenLeitlinie „COPD“ zusammen: www.patienten-information.de/patientenleitlinien

Die PatientenLeitlinie wurde im Rahmen des Programms für Nationale VersorgungsLeitlinien erstellt. Es wird getragen von Bundesärztekammer, Kassenärztlicher Bundesvereinigung und der Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften.

Methodik und weitere Informationsblätter zum Thema „COPD“: www.patinfo.org

Kontakt Selbsthilfe

Wo Sie eine Selbsthilfeorganisation in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): www.nakos.de, Tel.: 030 3101 8960

Verantwortlich für den Inhalt:
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)
Im Auftrag von: Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV)
und Bundesärztekammer (BÄK)
Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555
E-Mail/Ansprechpartner: mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



Mit freundlicher Empfehlung