

Editorial

Das Leben MIT der Erkrankung erleichtern

Sehr geehrte Leserinnen, sehr geehrte Leser, ein guter Kenntnisstand über die eigene Erkrankung ermöglicht vielen Betroffenen einen besseren Umgang mit derselben und hilft, Fehler zu vermeiden.

Gleichermaßen wichtig sind die regelmäßigen Konsultationen und das Gespräch mit dem Lungenspezialisten. Lungenerkrankungen wie die COPD sind derart komplex, dass eine regelmäßige Behandlung durch einen Pneumologen unabdingbar ist.

Erfahrungsgemäß verläuft die Erkrankung bei jedem Betroffenen unterschiedlich. Pauschale Aussagen über den Verlauf sind also nicht möglich. Jeder kann jedoch versuchen, einen gewissen positiven Einfluss auf den weiteren Verlauf der eigenen Erkrankung zu nehmen. Nachfolgend nur einige Punkte:

Sofortiger und dauerhafter Verzicht auf das Rauchen, insofern dieser Hauptauslöser unserer Erkrankung nicht bereits beseitigt wurde. Jeglicher Nikotinkonsum beschleunigt den weiteren Verlauf der Erkrankung und verschlimmert die Symptome.

Sämtliche verordneten Medikamente regelmäßig, pünktlich und in der verordneten Stärke einnehmen.

Die konsequente und ausnahmslose Durchführung der Langzeit-Sauerstofftherapie, insofern bereits vom Pneumologen verordnet – siehe auch Beitrag ab Seite 28.

Die konsequente und ausnahmslose Durchführung der nicht-invasiven Beatmung, insofern bereits verordnet – siehe auch Beitrag ab Seite 30.

Lungensport und tägliche körperliche Aktivitäten im Rahmen der individuellen Leistungsfähigkeit.

Durchführung physiotherapeutischer Behandlungen (z. B. Atemtherapie, Reflektorische Atemtherapie etc.) – siehe auch Beitrag ab Seite 36.

Ausschaltung möglicher Infektionsquellen zur Verhinderung von Infekten und den daraus resultierenden Verschlechterungen der Lungenfunktion, soweit dies möglich ist (z. B. Vermeidung des Händedrucks, des direkten Kontaktes mit Personen, die eine Erkältung, einen grippalen Infekt oder eine echte Grippe haben).

Prophylaktische Maßnahmen, wie z. B. die jährliche Gripeschutzimpfung und die Pneumokokkenimpfung.

Stabilisierung des Immunsystems durch eine nährstoffreiche Ernährung – siehe auch Beitrag ab Seite 39.

Sämtliche oben aufgelisteten Punkte können im Optimalfall dazu beitragen, den weiteren Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen und das Voranschreiten der Erkrankung zu verlangsamen.

Als mindestens genauso wichtig erachte ich persönlich aber auch, die unbedingte Akzeptanz der Erkrankung und das Erlernen, MIT der Krankheit zu leben.

Diese beiden Faktoren bestimmen maßgeblich, wie man die Erkrankung empfindet und wie man sein Leben gut mit der Erkrankung gestaltet.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre der Patienten-Bibliothek – Atemwege und Lunge.



Ihr
Jens Lingemann
Vorsitzender des
COPD – Deutschland e.V.
www.copd-deutschland.de

Patientenorganisation
Lungenemphysem –
COPD Deutschland
www.lungenemphysem-copd.de