Schluss mit Atemnot und Trübsal blasen

Patienten mit chronisch obstruktiver Lungenkrankheit profitieren enorm von Training und Rehabilitation. Das zeigen unsere Erfahrungen in der Hochgebirgsklinik Davos.

Prof. Dr. med. Hans-Werner Duchna ist der ärztliche Direktor der Hochgebirgsklinik Davos und als Chefarzt des Zentrums für Pneumologie/Allergologie spezialisiert auf die Reha von COPD-Patienten.

«Seien wir ehrlich. COPD, die chronisch obstruktive Bronchitis, ist eine Scheisskrankheit.» Es sind die drastischen Worte eines Patienten, der es gewohnt war, in grossen Buchstaben Klartext zu reden, Helmut Ograjenscheck, langjähriger Wissenschaftsredaktor des «Blick». Wie Hunderttausende andere Schweizerinnen und Schweizer leidet er an einer Volkskrankheit, welche die Luftwege mehr und mehr einengt und die Betroffenen in eine stetige Abwärtsspirale von Atemnot, Husten, Muskelschwund, körperlicher Schwäche, massiver Einengung des Lebensradius und Depressivität treibt.

Genau hier setzten wir letztes Jahr mit einem Pilotprojekt an. Um diese verhängnisvolle und letztlich tödliche Abwärtsspirale zu stoppen, nahmen 30 Leserinnen und Leser mit der Lungenkrankheit COPD an einem Rehabilitationsprogramm in der Hochgebirgsklinik Davos, einer Rehaklinik von Weltruf, teil. Das Programm unter der Leitung von Prof. Dr. med. Hans-Werner Duchna umfasste ein breites Angebot an Diagnostik, Beratung, Schulung und Training.

Fazit des Pilotprojektes: Wirksame Medikamente erhalten die meisten Patienten, aber das Wichtigste, nämlich Schulung und Rehabilitation, werden oft komplett vernachlässigt, und das trotz schwerem Krankheitsverlauf. Dabei entscheiden genau sie über die Lebensqualität. Und die gute Nachricht: Eine Umkehr des körperlichen und seelischen Niederganges ist möglich, wenn man eine Reha macht, die diesen Namen auch verdient. Das bestätigen unsere Leserinnen und Leser nach der Behandlung in Davos eindrücklich.

«Oft wird vergessen, dass neben einer modernen, Bronchien erweiternden Therapie eine durch Fachleute gestützte Raucherentwöhnung, Impfungen, Atemtherapie, Sekretdrainage, Lungensport etc. von entscheidender Bedeutung sind», sagt Prof. Duchna. «Auch eine regelmässige Überprüfung der Medikamente ist notwendig, um Über- oder Untertherapien zu vermeiden. Reicht ein Wirkstoff nicht aus, um die Atemnot wirksam zu bekämpfen, gibt man einen zweiten hinzu. Bei ausgeprägter Atemnot kombiniert man schon von Anfang an. Dieses Konzept heisst duale Bronchodilatation.» Einen grossen Optimierungsbedarf machte Prof. Duchna auch bei der richtigen Anwendung beziehungsweise Inhalationstechnik der Medikamente aus.

Werden diese Reha- und Schulungsmassnahmen so wie in Davos durchgeführt, wie es übrigens auch die internationalen Behandlungsstandards verlangen, ist der Gewinn für die Patienten enorm: Deutliche Verbesserung der körperlichen Belastbarkeit, die Gehstrecke wird länger, das Treppensteigen fällt wieder leichter, die Depressivität nimmt ab und so weiter und so fort. «Alles in allem eine immense Steigerung der Lebensqualität», resümiert Prof. Duchna. |

Langfristige Behandlungserfolge

Die Hochgebirgsklinik Davos ist eine hochspezialisierte Rehaklinik mit Schwerpunkt Lungen- und Hautkrankheiten sowie Allergien und Herzrehabilitation. Durch ihre Höhenlage von 1600 m ü. M. profitieren die Patienten vom besonders gesundheitsfördernden Hochgebirgsklima.

Die Rehabilitation und Schulung von COPD-Patienten ist eine Pflichtleistung der Krankenkassen. Fragen Sie für eine Zuweisung Ihren behandelnden Arzt.

Mehr Infos: www.hochgebirgsklinik.ch/copd
Telefon 081 417 33 13
Kostenlose Servicehotline für Hilfe bei der Kostengutsprache: 00 800 4174 44 44