ARZTSTEMPEL

AT-ELL-03-01-2022

Mit freundlicher Unterstützung von
A.MENARINI PHARMA GMBH

ASTHMA & COPD-ASSISTENT

KONKRETE FRAGEN, KOMPETENTE ANTWORTEN

Mit freundlicher Unterstützung von
A.MENARINI PHARMA GMBH

Lieber Leser,

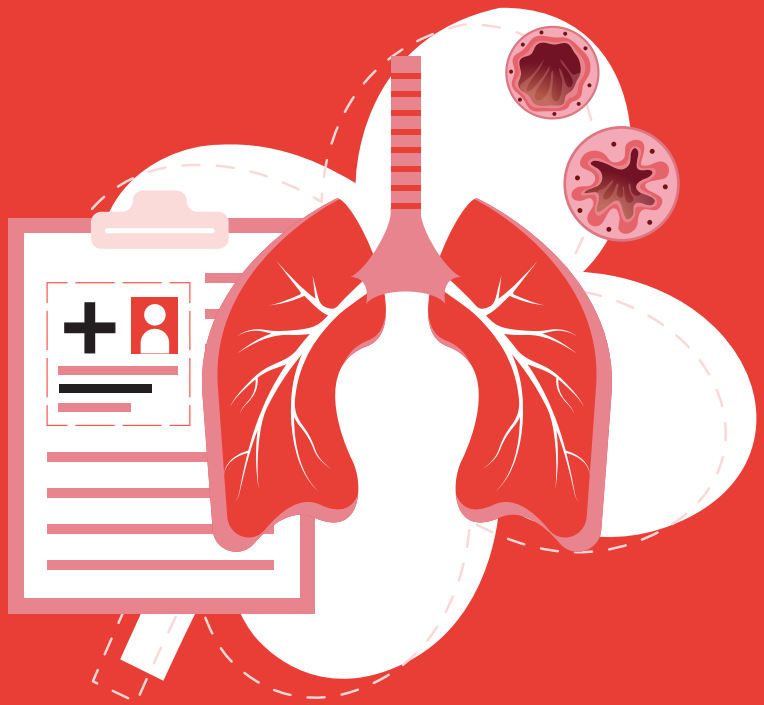
die Broschüre „Asthma und COPD Assistent“ soll Patienten, Angehörigen und Interessierten kompakte Antworten auf häufig gestellte Fragen rund um die beiden Erkrankungen Asthma bronchiale und COPD geben. Sie finden mithilfe des Registers 8 unterschiedliche Themenbereiche und eine Übersicht zu Adressen, die weiterführende Informationen bieten.

Die Fragen & Antworten wurden in Zusammenarbeit mit Ärzten aus dem niedergelassenen Bereich und Krankenhäusern zusammengestellt, um möglichst viele unterschiedliche Themen abzudecken.

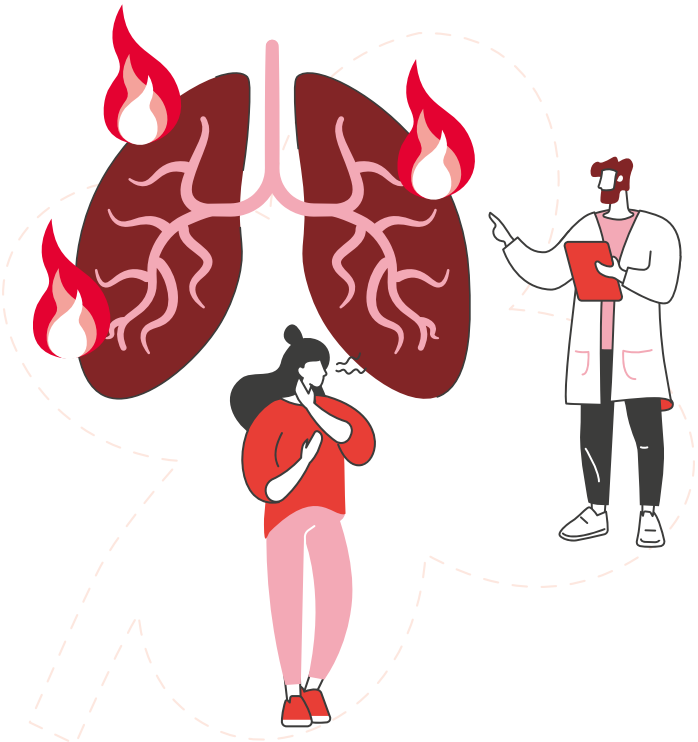
Wir hoffen, mit dieser Zusammenstellung hilfreiche Informationen zu übermitteln!

Ihr Medical-Team
A. Menarini Pharma GmbH

Krankheits-beschreibung

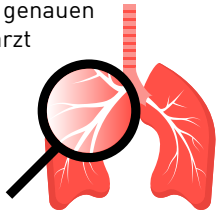


Wichtige Fragen & Antworten zu Asthma



Was passiert bei Asthma in meiner Lunge?

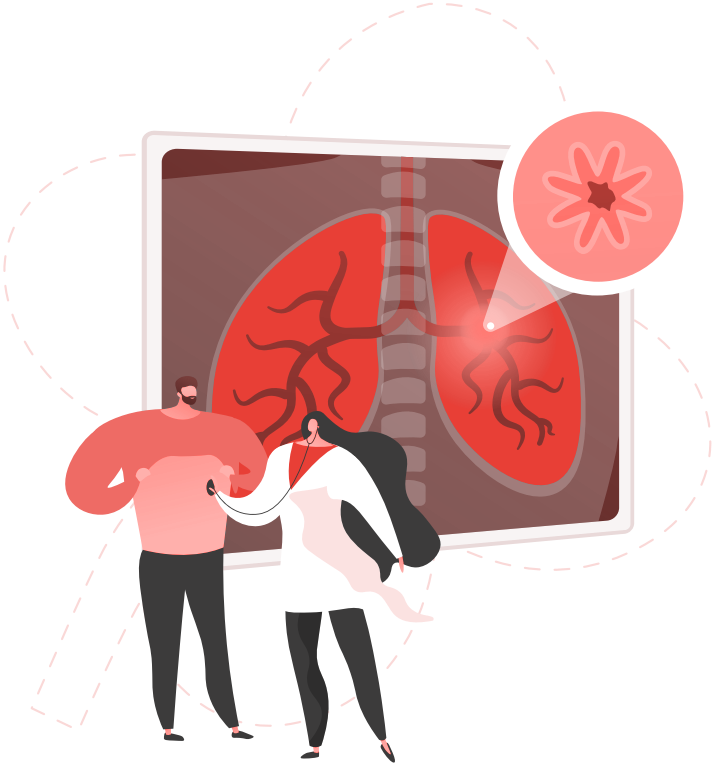
Bei Asthma kann neben einer beständigen chronischen Entzündungsreaktion auch eine Verkrampfung der Atemwege auftreten, wobei beide zu einer Atemnot führen können. Dieser Zustand ist variabel und benötigt eine dem Schweregrad entsprechende Therapie.
Diese Behandlung wird nach einer genauen Diagnosestellung von einem Facharzt eingeleitet und regelmäßige Kontrollen sind erforderlich.



Kann Asthma geheilt werden?

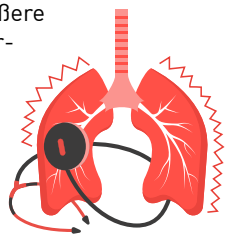
Asthma ist eine chronische Erkrankung der Atemwege und kann nicht geheilt werden.
Es besteht jedoch die Möglichkeit durch eine korrekte Therapie Asthma optimal zu kontrollieren, sodass die Patienten eine normale Lebensqualität haben.

Wichtige Fragen & Antworten zur chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD)



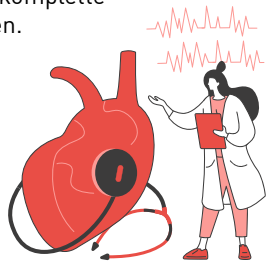
Was bedeutet COPD/ chronisch obstruktive Lungenerkrankung?

COPD steht für „chronic obstructive pulmonary disease" und ist eine durch äußere Schadstoffe (meist Rauchen) hervorgerufene chronische Entzündungserkrankung der Atemwege.



Sollte ich auch mein Herz einmal untersuchen lassen?

Mit der Erkenntnis, dass COPD mit anderen Erkrankungen einhergehen kann, sollte auf jeden Fall in Hinblick auf eine Mitbeteiligung von anderen Organen, eine komplette Durchuntersuchung erfolgen.



Warum ich? Andere rauchen auch! Ich habe eh aufgehört zu rauchen!

Wie bei anderen Erkrankungen, ist eine gewisse Empfindlichkeit (genetische Voraussetzung) dafür verantwortlich, dass die Betroffenen eine COPD entwickeln. Auch wenn der Patient bereits vor Jahren mit dem Rauchen aufgehört hat, ist es möglich, dass chronische Schäden als Spätfolgen auftreten.

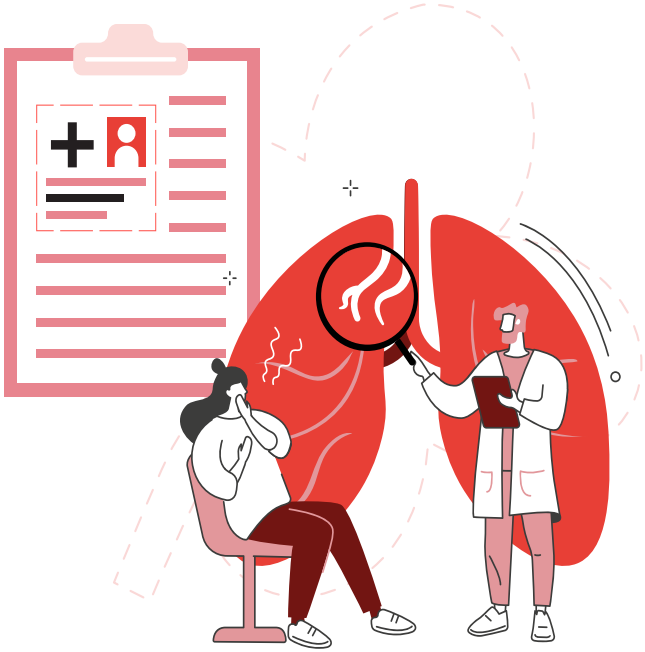
Kann „COPD“ geheilt werden?

Die COPD ist eine schleichende, sich verschlechternde Erkrankung, die häufig erst spät diagnostiziert wird. Eine Heilung ist nicht möglich, jedoch kann mit einer entsprechenden vielseitigen Behandlung und Mitarbeit des Patienten (Rauchstopp) einer raschen Verschlechterung entgegengewirkt werden.

Hänge ich dann irgendwann am Sauerstoff?

Die Sauerstofftherapie ist im fortgeschrittenen Stadium dann erforderlich, wenn beim Patienten bei Belastung oder auch schon in Ruhe ein Sauerstoffmangel vorliegt. Nicht jeder COPD Patient benötigt diese Therapie, abhängig vom Schweregrad der Erkrankung, wann die Diagnose gestellt und eine optimale stadiengerechte Behandlung etabliert wurde.

Wichtige Fragen & Antworten zum Thema Lungenfacharzt.

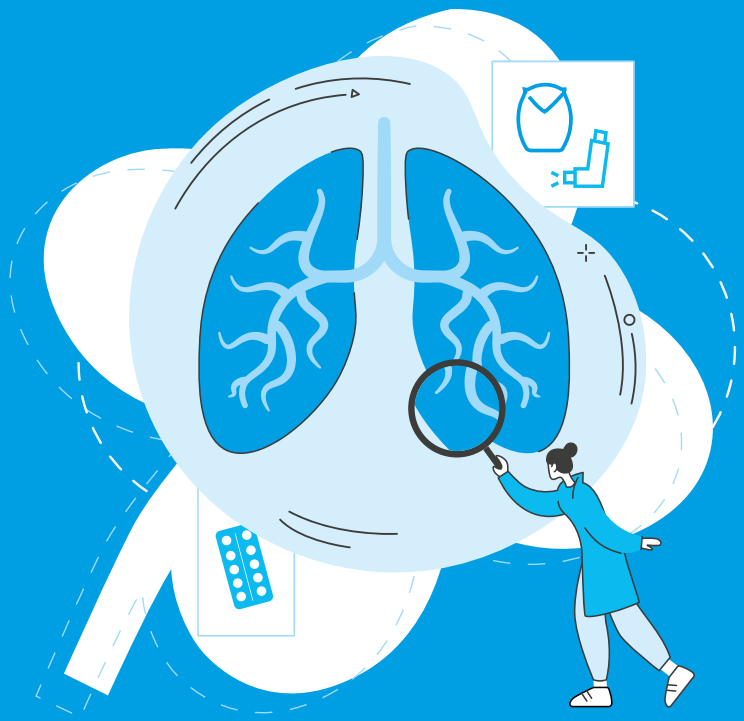


Ich bin bei meinem Hausarzt in Behandlung. Soll ich zusätzlich einen Lungenfacharzt aufsuchen?

Für Erkrankungen, wie COPD und Asthma, sind in jedem Fall fachärztliche Konsultationen in größeren Intervallen – abhängig vom Schweregrad Ihrer Erkrankung – zu empfehlen. Im Rahmen solcher lungenfachärztlichen Kontakte kann einerseits die vom Hausarzt gestellte Diagnose durch weiterführende Untersuchungen (z.B.: umfangreichere Lungenfunktionsuntersuchungen, Bestimmung des Sauerstoffgehaltes im Blut, Belastungstest oder Provokationstests) bestätigt werden. Außerdem kann der Facharzt entsprechend Ihres aktuellen Zustandsbildes erforderliche Therapieanpassungen vornehmen und Ihre Inhalationstechnik kontrollieren und gegebenenfalls korrigieren.

Notizen

Dauertherapie und Therapie-modalitäten



Therapie allgemein

Unterschiede zwischen Notfallspray und Basistherapie, wann verwende ich was?

Unter Basistherapie versteht man die regelmäßige Anwendung von Inhalatoren *(morgens oder morgens und abends).*

Die Notfalltherapie wird zusätzlich *(bei Bedarf)* für die Behandlung von akuten Beschwerden eingenommen, *(ebenfalls inhalativ)*, eine entsprechende Einweisung und Schulung wird bei der Erstverschreibung vom behandelnden Arzt durchgeführt.

Warum muss ich die Therapie dauernd nehmen, auch wenn ich keine Atemnot/Beschwerden habe?

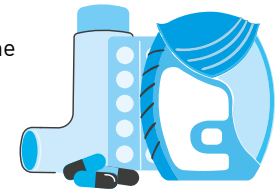
Eine dauerhafte Therapie ist dann erforderlich, wenn nur mit dieser eine optimale Kontrolle der Erkrankung erreicht werden kann. Voraussetzung ist eine genaue Diagnose des Krankheitsstadiums und der Symptome *(wie oft, wann, Auslöser?).*

Wie weiß ich, dass ich gut eingestellt bin, ob die Therapie ausreicht, wenn ich mich belaste?

Generell sollte der Patient mit **Asthma** so eingestellt werden, dass er keine Einschränkungen im täglichen Leben hat, inklusive Sport. Somit ist ein individueller Therapieplan für jeden Patienten zu erstellen, mit entsprechenden Anweisungen für unterschiedliche Situationen. Sport ist bei allen Schweregraden der Erkrankung ein wesentlicher Bestandteil der Behandlung und es muss mit dem Arzt abgesprochen werden, in welchem Ausmaß dieser durchgeführt werden kann.
Bei **COPD** muss eine genaue Analyse der möglichen Belastbarkeit erstellt werden, danach richtet sich in weiterer Folge ein Rehabilitations-Trainingsprogramm, das vom Patienten idealerweise selbstständig durchgeführt wird. Eine Kontaktaufnahme mit dem behandelnden Arzt sollte auf jeden Fall erfolgen.

Können wir mit der Therapie das Voranschreiten der Erkrankungen verhindern?

Asthma lässt sich soweit hervorragend einstellen, dass Verschlechterungen (Exazerbationen) bei den meisten Patienten vermieden werden können. Diese sind ein wesentlicher Faktor, dass es zu einem Fortschreiten der Erkrankung kommt.
Das oberste Ziel bei der **COPD** ist die Vermeidung von akuten Verschlechterungen (Exazerbationen), die für den Patienten sehr belastend sein können und zu einem Voranschreiten der Erkrankung führen. Nur die regelmäßige Einnahme der Medikation, Durchführung einer Rehabilitation und prophylaktische Maßnahmen (z.B. Impfungen) können eine optimale Versorgung garantieren.

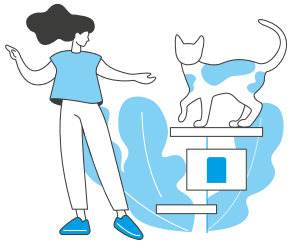


Darf ich andere Medikamente zeitgleich einnehmen oder muss ich einen zeitlichen Abstand berücksichtigen?

Die vom behandelnden Arzt vorgeschriebene Therapie wird mit Ihnen bezüglich Wirkung und möglichen Nebenwirkung genau besprochen, wobei die mögliche Interaktion (Wechselwirkung) mit anderen Medikamenten berücksichtigt wird. Bei Unklarheiten sollten Sie Ihren behandelnden Arzt um nochmalige Erklärung bitten.

Ich habe eine Katzenhaarallergie, was mache ich, wenn ich bei Freunden eingeladen bin, wo es Katzen gibt?

Für Asthmatiker gilt als erste therapeutische Maßnahme, dass möglichst Kontakt mit Allergenen, worauf man Reaktionen (Symptome) zeigt, vermieden werden sollte. Kann dies nicht vermieden werden, ist eine prophylaktische Einnahme (vor dem Kontakt) eines Notfallmedikaments zu empfehlen. In jedem Fall sollten Asthmatiker immer ihren Notfallspray bei sich haben.



Sauerstoff

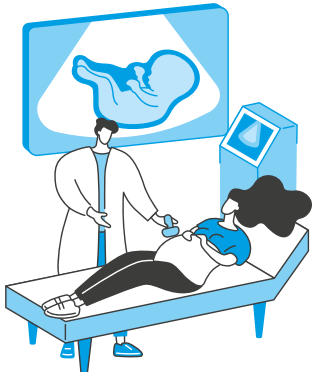
Es wurde mir Sauerstoff verschrieben, aber ich brauche ihn nicht, weil es mir gut geht...

Die Sauerstoffverschreibung erfolgt nach etablierten Richtlinien. Sollte Ihnen Ihr Arzt eine Sauerstofftherapie nahelegen, beruht das auf der Tatsache, dass Ihr Körper zu wenig Sauerstoff zur Verfügung hat, um Ihre Organe ausreichend zu versorgen. Deshalb ist es wichtig, diese auch anzuwenden, um Ihren Körper zu unterstützen. Die subjektive Empfindung, dass man diese Behandlung nicht braucht, ist nicht entscheidend für die Behandlung. Ihr Arzt eruiert genau, wann und wie viel Sauerstoff Sie benötigen (Belastung, Ruhe), dementsprechend ist diese Verschreibung unbedingt einzuhalten.

Schwangerschaft

Ich bin schwanger, was jetzt? Muss ich die Therapie absetzen?

Besonders während einer Schwangerschaft muss darauf geachtet werden, dass sich eine Atemwegserkrankung nicht verschlechtert, denn das kann sich negativ auf die Reifung (Entwicklung) des Fötus/Ungeborenen auswirken. Sobald Sie die Nachricht einer Schwangerschaft haben, nehmen Sie Kontakt mit Ihrem behandelnden Arzt auf, um die weitere Vorgangsweise zu besprechen.



Kortison

Da ist Kortison drinnen – werde ich davon dick?

Eine dauerhafte Therapie kann mit einer Reihe von Nebenwirkungen verbunden sein. Ihr behandelnder Arzt wird Sie darüber aufklären. Bei akuten Verschlechterungen (Exazerbationen) kann eine systemische Kortisontherapie *(Tabletten oder Spritze)* erforderlich sein und wird in der Regel nur kurzfristig *(nicht länger als 7 Tage)* verabreicht, abhängig vom Krankheitsverlauf.

Muss ich die Kortisontabletten „ausschleichen“?

Ein Ausschleichen einer kurzfristigen *(5-7 Tage)* systemischen Kortisontherapie mit Tabletten ist nicht erforderlich. Ihr behandelnder Arzt wird Sie darüber informieren.

Spontane Verschlechterungen

Kann sich das Asthma spontan verschlechtern?

Wir unterscheiden bei Asthma unterschiedliche Verlaufsformen, wobei die Aktivität der Erkrankung sehr variabel sein kann. Unabhängig von einer bestehenden Therapie ist es möglich, dass Asthmatiker plötzlich mehr Symptome verspüren. Deswegen ist es unbedingt erforderlich, immer den Notfallspray bei sich zu haben, und in weiterer Folge wird mit dem behandelnden Arzt eine Anpassung der Basistherapie durchgeführt.

Wie lange muss ich bei einer COPD-Verschlechterung (Exazerbation) mein vorgeschriebenes Kortison einnehmen?

Wenn bei einer Verschlechterung (Exazerbation) ein systemisches Kortison erforderlich ist, um diese Krise zu bewältigen, wird dieses in der Regel ca. 7 Tage als Tabletten verabreicht (abhängig von der Schwere der Exazerbation). Ein Ausschleichen der Kortisonmedikation ist nicht erforderlich.

Soll ich bei jeder COPD-Verschlechterung (Exazerbation) immer auch ein Antibiotikum einnehmen?

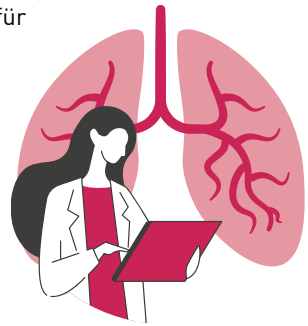
Eine Antibiotika Gabe ist grundsätzlich nicht bei jeder COPD Verschlechterung erforderlich! Die Verschreibung eines Antibiotikums erfolgt nach genauen Richtlinien. Ihr behandelnder Arzt wird anhand Ihrer Beschwerden eine antibiotische Therapie einleiten, falls diese angezeigt ist.

Darf das immer das gleiche Antibiotikum sein?

Entsprechend der Kriterien und Richtlinien für Antibiotikagabe bei COPD sollte auch nicht immer das gleiche Antibiotikum verschrieben werden.

Wann sollte ich meinen Arzt kontaktieren? Wann ist die Situation kritisch?

Wann immer es Unklarheiten gibt, sollten Sie mit Ihrem behandelnden Arzt Kontakt aufnehmen. Vor allem dann, wenn Ihr Notfallplan, den Sie für solche Situationen von Ihrem Arzt erhalten haben, nicht zu einer zufriedenstellenden und raschen Verbesserung führt.



Sport

Darf ich Sport machen?

Sport ist eine wesentliche Säule bei der Behandlung von Atemwegserkrankungen. Der mit Ihrem behandelnden Arzt ausgearbeitete Sport/Trainingsplan sollte auch regelmäßig durchgeführt werden. Für die Ersteinstellungen eignen sich besonders Rehabilitationszentren, wo individuell auf Ihre Bedürfnisse eingegangen wird.

Welchen Sport darf ich machen? (Darf ich Bergwandern/Tennisspielen/Schwimmen im Chlorwasser/Langlaufen in der Kälte?)

Bewegung ist in jeder Form zu empfehlen. Welche Sportart Sie wählen, ist von Ihren Eignungen und Einschränkungen abhängig. Auch hier kann Ihnen Ihr Arzt sinnvolle Empfehlungen geben. Es sollte Ihnen auf jeden Fall Spaß machen, denn Sie müssen davon ausgehen, dass Sie das Training „ein Leben lang" machen sollen. Nur dann macht Sport Sinn, das gilt auch für Gesunde.

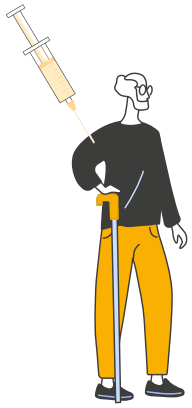
Impfungen

Soll ich impfen gehen?

Die Impfung ist essentiell für eine beständige Vorbeugung und Vermeidung von infektiösen Exazerbationen. Bei der Erstellung eines korrekten Impfplans ist Ihr behandelnder Arzt unbedingt zu kontaktieren.

Welche Impfungen werden empfohlen?

- Grippe
- Pneumokokken
- COVID-19



Darf ich mich gegen COVID-19 impfen lassen, wenn ich COPD habe?

Insbesondere die COVID-19 Impfung ist für Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen äußerst bedeutsam, weil sie einen schweren Krankheitsverlauf verhindern kann.

Eigeninitiative

Was kann ich selbst dazu beitragen, dass ich meine Erkrankung besser in den Griff bekomme?

An oberster Stelle steht die Vermeidung von Auslösern, die zu einer Verschlechterung und weiterem Voranschreiten der Erkrankung führen. Neben der konsequenten Einnahme der vorgeschriebenen Therapie sollten Sie eigeninitiativ Ihr erstelltes Trainingsprogramm durchführen. Ebenso können Sie Informationen bei Selbsthilfegruppen einholen.

Was kann ich tun, um mein Sekret leichter/besser abzuhusten?

Wichtig für eine erfolgreiche Sekretmobilisation ist die Zusammenarbeit mit qualifizierten Physiotherapeuten, die Sie mit atemtherapeutischen Maßnahmen vertraut machen und auf geeignete Trainingsgeräte einschulen. (Liste AtemphysiotherapeutInnen siehe Seite 38)

Wie ernähre ich mich richtig?

Eine ausgewogene Ernährung ist grundsätzlich zu empfehlen. Im fortgeschrittenen Stadium einer COPD, wo ein Gewichtsverlust im Vordergrund stehen kann, ist mit einem Diätologen ein Ernährungsplan auszuarbeiten. Genauso ist bei übergewichtigen Patienten eine konsequente Gewichtsreduktion unbedingt für einen Therapieerfolg erforderlich. In Reha-Zentren werden besonders diese Aspekte berücksichtigt und können Anstoß für einen bleibenden Effekt geben.

Reisen

Ich bin sauerstoffpflichtig, darf ich eine Flugreise machen?

Flugreisen von Patienten mit Atemwegserkrankungen sind prinzipiell möglich, ebenso die Mitnahme von Sauerstoff. Sie sollten dies auf jeden Fall mit Ihrem behandelnden Arzt besprechen. Es besteht auch die Möglichkeit zur Überprüfung der Flugtauglichkeit in darauf spezialisierten Zentren.

REHA

Wie läuft eine pulmologische REHA ab?

Eine Rehabilitation ist in jedem Stadium einer Atemwegserkrankung sinnvoll und verbessert die Belastbarkeit und die Lebensqualität. In Österreich wird sowohl ambulante als auch stationäre pulmologische Rehabilitation angeboten. Das Programm umfasst, abgestimmt auf die individuellen Bedürfnisse der Patienten, folgende Bereiche:

- Medizinische Trainingstherapie (Kraft & Ausdauer)
- Atemmuskeltraining
- Patientenschulung
- Tabakentwöhnung
- Physiotherapie
- Psychologische Betreuung
- Ernährungsberatung

Weiterführende Informationen

A. Menarini Pharma weist darauf hin, dass sie keinerlei Einfluss auf den Inhalt und die Gestaltung von den angeführten Internetangeboten hat. Für die Inhalte der angeführten Websites und fremden Inhalte ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber verantwortlich. A. Menarini Pharma macht sich den Inhalt von den angeführten Websites nicht zu Eigen. A. Menarini Pharma übernimmt dementsprechend keine Haftung für den Inhalt, die Richtigkeit, Vollständigkeit und Aktualität von den in der Broschüre angeführten Websites.

Links

Österreichische Lungenunion
https://www.lungenunion.at
eine bundesweit aktive Selbsthilfegruppe für Menschen mit Atemwegs-und Hauterkrankungen und Allergien.

Deutsche Atemwegsliga eV
https://www.atemwegsliga.de
Die angebotenen Informationen sollen Patienten helfen, mehr über Atemwegs- und Lungenerkrankungen zu erfahren.

Die angebotenen Informationen sollen Patienten helfen, mehr über Atemwegs- und Lungenerkrankungen zu erfahren.
https://www.atemwegsliga.de/richtig-inhalieren.html
Hier finden Sie Kurzvideos über die richtige Anwendung von unterschiedlichen Inhalatoren.

https://www.ogp.at/gepruefte-atemphysiotherapeutinnen/
Diese Seite bietet einen Überblick der geprüften AtemphysiotherapeutInnen in Österreich.

https://www.apothekerkammer.at/meine-apotheke/service-in-der-apotheke/sauerstofftankstellen
Diese Seite bietet einen Überblick der Sauerstofftankstellen in Apotheken in Österreich.

https://copd-austria.at/wordpress/links/weitere-informationen/reha-einrichtungen-in-oesterreich/
Diese Seite bietet einen Überblick der REHA Einrichtungen in Österreich.

Notizen

Notizen