



LUNGENKRANKHEIT

Umgang mit COPD

Die chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD, vom englischen Begriff chronic obstructive pulmonary disease) ist ein Sammelbegriff für eine Reihe von Lungenerkrankungen, die Atembeschwerden verursachen.

In Spanien, wo sie als EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica) bekannt ist, wird geschätzt, dass im ganzen Land jährlich mehr als 18.000 Menschen daran sterben. Es ist die fünfthöchste Ursache der Sterblichkeit bei Männern und die siebente bei Frauen. Eine vom Forschungsinstitut Iberpoc durchgeführte Studie besagt, dass über neun Prozent der erwachsenen Bevölkerung zu irgendeinem Zeitpunkt unter diesem Zustand leiden: 14,3 Prozent der Männer und 3,9 Prozent der Frauen.

Worum handelt es sich?

Die beiden Haupterscheinungen, die unter den Begriff COPD fallen, sind chronische Bronchitis und Lungenemphysem.

Bei der chronischen Bronchitis handelt es sich um eine langfristige Entzündung der Bronchien (mindestens drei Monate in zwei aufeinanderfolgenden Jahren), die für den Luftaustausch mit der Lunge zuständig sind. Akute Bronchitis entsteht in der Regel schnell, oft aus einer anderen Atemwegsinfektion heraus, und bessert sich in wenigen Tagen oder Wochen, ohne dauerhafte Auswirkungen zu zeigen. Chronische Bronchi-



Cathy Kaplan / FreeImages.com

↑ COPD wird oft erst bemerkt, wenn alltägliche Aktivitäten schwerer werden.

tis entwickelt sich im Laufe der Zeit, wobei dem mehrere Episoden akuter Art oft vorausgehen. Dabei verursacht die konstante Entzündung übermäßige Mengen an Schleim in den Atemwegen, der den Luftstrom in die und aus den Lungen begrenzt. Dieser Zustand verschlechtert sich in der Regel mit der Zeit, was zu weiteren Atemschwierigkeiten führt.

Viele Menschen, die an chronischer Bronchitis leiden, entwickeln schließlich Lungenemphysem, obwohl dies auch völlig unabhängig davon entstehen kann. Beim Lungenemphysem sind die Wände der Lungenbläschen (Alveolen) beschädigt. Die Lungenbläschen kann man sich als winzige Ballons vorstellen, kleine Luftsäckchen, über die der Austausch von Sauerstoff und Kohlendioxid stattfindet. Etwa 300 Millionen von ihnen können eine Gesamtfläche von 80 bis 120 Quadrat-

metern bilden. Um die Funktion zu erklären, kann man es mit dem Aufblasen eines Luftballons vergleichen, was etwas anstrengend sein kann, das Ablassen erfolgt dagegen leicht und selbstständig. Bei gesunden Lungenbläschen funktioniert das in gleicher Weise, aber durch Lungenemphysem geschädigte verlieren ihre Elastizität und die Luft kann nicht vollständig entweichen. Das Ausatmen und das Wiedereinatmen sauerstoffreicher Luft wird damit schwieriger.

Wann tritt COPD auf?

Wann tritt COPD auf?

COPD ist eine häufige Erscheinung, die vor allem Menschen im Alter von über 35 Jahren betrifft, die entweder rauchen oder in der Vergangenheit geraucht haben. Es kann aber auch Menschen betreffen, die niemals geraucht haben, aber lange Zeit schädlichen Dämpfen oder Staub ausgesetzt waren. Aber auch genetische Gründe sind nicht auszuschließen. Gelegentlich kann keine identifizierbare Ursache gefunden werden.

Die Wahrscheinlichkeit, an COPD zu erkranken, variiert von Mensch zu Mensch sehr stark, sodass sie schwer vorherzusagen ist. Auch wenn Ärzte darauf hinweisen, dass der Schaden an den Lungenbläschen nicht rückgängig gemacht oder geheilt werden kann, so ist es doch möglich, durch verschiedene Behandlungen die Symptome unter Kontrolle zu halten und eine gewisse Lebensqualität zu ermöglichen.

Anzeichen und Symptome

COPD-Betroffene bemerken das oft erst, wenn es ihnen schwerer fällt, zu atmen, besonders bei körperlichen Anstren-

gungen. Sie haben Schwierigkeiten beim Ein- oder Ausatmen oder sie kommen bereits bei einfachen Anstrengungen, wie an einer Steigung, in Atemnot. Dies kann von einem anhaltenden, in der Regel schleimigen Husten begleitet werden. Oft nur als „Raucher-Husten“ angesehen, kann er aber bereits ein Zeichen für Lungen-Beschwerden sein. Anhaltendes Keuchen ist ein weiteres häufiges Symptom, da verengte Atemwege oder übermäßiger Schleim die normale Atmung behindern. Häufige Brust-Infektionen sind auch ein zu beachtendes Zeichen.

Die Mehrheit der COPD-Symptome entwickelt sich langsam über einen längeren Zeitraum, wodurch sie oft ignoriert wer-



Dragan Sasic / FreeImages.com

↑ Rauchen ist die Hauptursache für COPD



Adam Gieselski / FreeImages.com

↑ Mit einem Brust-Röntgenbild können Schäden an verschiedenen Organen erkannt werden.

den und die Behandlung erst in einem fortgeschrittenen Zustand beginnt.

Diagnoseablauf

Der erste Schritt für die Diagnose wird ein eingehendes Gespräch mit Ihrem Arzt über die Symptome sowie eigene und familiäre Erkrankungen sein, ob Sie oder jemand in Ihrem Haushalt raucht oder ob Sie in Kontakt mit Lungenreizstoffen wie Staub, anderen Luftverschmutzungen oder chemischen Dämpfen sind. Der Arzt wird Sie mit einem Stethoskop auf Keuchen oder andere abnorme Brustgeräusche abhören. Sie können aber auch für verschiedene Tests ins Krankenhaus eingewiesen werden. Lungenfunktionsuntersuchungen messen, wie viel Luft eingeatmet oder



VIA VIDA
Wellness, Beauty & Health

Ellen Greiner
Diplom Psychologin
Psychologische Psychotherapeutin (KVT)
Col. N° T-1771
e-Mail ellen@mdk-online.com

Tel.: 669 199 043



NOTRUF

Eine Nummer für alle medizinischen Probleme

24-Stunden-Notfall-Nummer
(+34) 677 758 345

- ✓ Alarmierung Rettungsdienst & Betreuung vor Ort
- ✓ Facharzt Organisation / Klinik Vermittlung
- ✓ Persönliche Betreuung & Übersetzungen
- ✓ Luftrettung & Ambulanzflüge
- ✓ Koordination / Hausbesuche

Abrechnung über alle Versicherungen, Auslandskrankenversicherungen möglich.

OSM Organizacion Servicio Medico 112 · CC La Cúpula, Local 100, 1. Stock
38400 Puerto de la Cruz · Tel. 671 137 856 für Terminvereinbarung

24h NOTDIENST 687 744 225

CLÍNICA DENTAL
FAÑABE PLAZA

www.tenerife-dental.com

C.C. Fañabe Plaza, 2. Etage (gegenüber Hotel Jacaranda)
Avda. Bruselas, Playa Fañabe, Costa Adeje, Teneriffa
Tel. 922 714 225, Fax 922 724 130