

# COPD

## Patienteninformation Chronisch obstruktive Lungenerkrankung

Was Sie beachten sollten.

## Sehr geehrte Patientin, Sehr geehrter Patient,

bei COPD – die Abkürzung für „**Chronic Obstructive Pulmonary Disease**“ handelt es sich um **eine chronisch obstruktive Lungenerkrankung**. Dabei kommt es zu einer Entzündung in der Lunge und zur Verengung der Atemwege, was vor allem das Ausatmen behindert.

## Symptome

Die wichtigsten Symptome der COPD sind **Atemnot und chronischer Husten mit Auswurf**. Wegen der Atemnot können sich die Betroffenen oft nicht mehr ausreichend bewegen. Das bewirkt eine Abnahme von Muskelmasse und Muskelkraft und führt zu einer eingeschränkten Leistungsfähigkeit. Im Laufe der Erkrankung – vor allem wenn sie nicht behandelt wird – können Müdigkeit, Gewichtsverlust und eine Depression auftreten.

COPD ist gekennzeichnet durch Phasen, in denen sich die Erkrankung deutlich verschlimmern kann (sogenannte „Exazerbation“). Dabei kommt es zu vermehrter Atemnot und vermehrtem Husten mit gesteigertem Auswurf. Bei einer solchen Verschlechterung sollten Sie unbedingt einen Arzt aufsuchen!

Viele Menschen, die an COPD leiden, haben auch noch zusätzliche Erkrankungen wie etwa Herzerkrankungen, Osteoporose, Atemwegsinfekte, Refluxbeschwerden, Angstzustände, Depressionen, Muskelschwäche, Lungenkrebs oder Diabetes mellitus.

### Ursachen

Rauchen ist – ebenso wie Passivrauchen – die häufigste Ursache für COPD. Ebenso können Staubbelastungen am Arbeitsplatz, Luftverschmutzung, Umwelt- und genetische Faktoren eine COPD verursachen.

### Diagnose

Die Diagnose erfolgt mit einem Lungenfunktionstest (Spirometrie). Eine zusätzliche, noch spezifischere Untersuchung stellt die Blutgasanalyse dar.

## Behandlung

COPD kann gut behandelt werden: medikamentös, mit Langzeit-Sauerstoff sowie mit Atemphysiotherapie. Die wichtigste Maßnahme ist allerdings eine Rauchentwöhnung.

### Rauchstopp

Damit kann die COPD in einem frühen Stadium zum Stillstand kommen, in einem fortgeschrittenen Stadium günstig beeinflusst werden. Ein Rauchstopp verringert auch die Sterblichkeit durch COPD.

### Medikamentöse Therapie

Je nach dem Stadium der Erkrankung kommen Medikamente, die die Atemwege erweitern, zum Einsatz. Diese sind als kurz oder lang wirksame Substanzen erhältlich. Alle Medikamente werden üblicherweise inhaliert. Dafür stehen verschiedene Systeme zur Verfügung. Bei einem schweren Verlauf werden entzündungshemmende oder kortisonhaltige Medikamente empfohlen.

### Langzeit-Sauerstoffbehandlung

Da bei Menschen, die an COPD leiden, zu wenig Sauerstoff im Blut vorhanden ist, muss dieser in Form von Flüssigsauerstoff oder mittels Konzentrator zugeführt werden. Patienten, die Flüssigsauerstoff zuführen, können in 27 österreichischen Apotheken bei Sauerstoff-Tankstellen ihr tragbares Gerät kostenlos nachfüllen. Eine Verringerung der Sterblichkeit an COPD kann jedoch nur dann erreicht werden, wenn die Anwendung konsequent mindestens 16 Stunden pro Tag erfolgt.

### Atemphysiotherapie

Es geht darum, das richtige Atmen zu erlernen, ebenso auch Techniken, die den Abfluss des Sekrets fördern, aber auch um Atemmuskeltraining und Inhalationsschulung.

### Rehabilitation

Der durch die COPD bedingten Einschränkung der Leistungsfähigkeit kann man mit gezieltem körperlichen Training gegensteuern. Wichtig: Vor dem Beginn eines solchen Trainings muss eine ärztliche Untersuchung erfolgen. Zusammen mit einer medikamentösen Therapie kann die Leistungsfähigkeit verbessert und die Lebens-

qualität erhöht werden. **Das Training muss lebenslang durchgeführt werden.**

## Information

**Informieren Sie sich über COPD.** Das ist wichtig, um die Erkrankung selbst gut in den Griff zu bekommen. Auch über das Verhalten im Notfall sollten Sie genau Bescheid wissen. Informationen dazu gibt es in speziellen Patientenschulungen: Details unter [www.lungenunion.at](http://www.lungenunion.at) Reden hilft – auch bei COPD! **Gruppengespräche in Selbsthilfegruppen** oder therapeutische Einzelgespräche können ebenso wie **Entspannungsübungen** hilfreich sein, um die Krankheit zu bewältigen und auch um die Lebensqualität zu erhöhen.

## Prävention

**Wenn Sie folgende Punkte beachten, ist das für den Verlauf einer COPD günstig:**

- Nehmen Sie verordnete Medikamente verlässlich und konsequent ein.
- Raucher sollten mit einer Entwöhnungstherapie beginnen.
- Besuchen Sie eine Patientenschulung.
- Absolvieren Sie regelmäßig Ausdauertraining und Krafttraining.
- Atemphysiotherapie verbessert die Lebensqualität und verringert die Häufigkeit von Exazerbationen.
- Lassen Sie sich gegen Pneumokokken und Influenza impfen – holen Sie dazu den Rat Ihres Arztes ein.

### COPD-Selbsttest

Wenn Sie sich darüber informieren wollen, welche Auswirkungen die COPD auf Ihr Wohlbefinden und Ihr tägliches Leben hat, können Sie dies mit dem **COPD-CAT-Test** unter [www.lungenunion.at](http://www.lungenunion.at) (Erkrankungen/COPD-Selbsttest) tun.

# Impressum

## Herausgeber und Medieninhaber

Arznei und Vernunft  
[www.arzneiundvernunft.at](http://www.arzneiundvernunft.at)

Arznei & Vernunft ist eine gemeinsame Initiative von Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger, Österreichischer Apothekerkammer, Österreichischer Ärztekammer und Pharmig. Ziel der Initiative ist ein vernünftiger Umgang mit Arzneimitteln.

## Hauptverband der österreichischen Sozialversicherungsträger

Kundmanngasse 21, 1030 Wien  
Tel.: +43/1/711 32-0  
E-Mail: [posteingang.allgemein@hvb.sozvers.at](mailto:posteingang.allgemein@hvb.sozvers.at)  
[www.hauptverband.at](http://www.hauptverband.at)

## Österreichische Apothekerkammer

Spitalgasse 31, 1090 Wien  
Tel.: +43/1/404 14-100  
E-Mail: [info@apotheker.or.at](mailto:info@apotheker.or.at)  
[www.apotheker.or.at](http://www.apotheker.or.at)

## Österreichische Ärztekammer

Weihburggasse 10-12, 1010 Wien  
Tel.: +43/1/514 06-3000  
E-Mail: [post@aerztekammer.at](mailto:post@aerztekammer.at)  
[www.aerztekammer.at](http://www.aerztekammer.at)

## Pharmig, Verband der pharmazeutischen Industrie Österreichs

Garnisongasse 4/1/6, 1090 Wien  
Tel.: +43/1/40 60 290-0  
E-Mail: [office@pharmig.at](mailto:office@pharmig.at)  
[www.pharmig.at](http://www.pharmig.at)

## Produktion

kraftwerk agentur für neue kommunikation  
Auerspergstraße 4, 1010 Wien

## Stand

August 2014

## Geschlechtsneutralität

Aus Gründen der leichteren Lesbarkeit wird jeweils nur die männliche Form der Bezeichnung von Personen verwendet. Damit ist aber immer sowohl die weibliche als auch die männliche Form gemeint.