

Verein Lungenkrank informierte beim Patiententreffen über Reha



Der Referent Thomas Sigrist inmitten des Vorstands des Vereins Lungenranke / Sauerstoffpatienten VLSP (v.l.): Elke Emmenegger, Thomas Sigrist, Rosmarie Meyer, Peter Studer, Béatrice Stocker (es fehlt Albert Walker).

Quelle: Urs Amacher

Am Anfang stand ein durch die Lungenliga organisierter Ausflug. So lernte ein Betroffener die Selbsthilfegruppe kennen, die seit zwei Jahren als Verein Lungenranke / Sauerstoffpatienten (VLSP) konstituiert ist.

Am Samstag nahm er mit rund siebzig anderen Patientinnen und Patienten am Treffen teil, zu welchem der VLSP ins Kongresshotel Olten eingeladen hatte. Im Zentrum des Anlasses stand ein Referat des Lungenspezialisten Thomas Sigrist über die Rehabilitation. In der Schweiz leben schätzungsweise 1,2 Millionen lungenranke Menschen, weiss Peter Studer, Vizepräsident des VLSP und selber lungenkrank. Neben rund 500 000 Personen, die an Asthma leiden, sind etwa 450 000 Personen an COPD erkrankt.

COPD (Chronic obstructive pulmonary disease) ist eine chronisch obstruktive Bronchitis, das heisst eine Lungenerkrankung, die im Volksmund «Raucherlunge» genannt wird und durch eine Verengung der Bronchien (Äste der Luftröhre) gekennzeichnet ist. Tatsächlich ist mit 90 Prozent das Rauchen die Hauptursache für die Erkrankung an COPD, jedoch auch Feinstaub und Passivrauchen.

Anlaufstelle für COPD – Erkrankte

Im Jahre 2004 gründeten Betroffene eine Selbsthilfegruppe «Lungenkrank», die sie 2011 in einen Verein überführten, berichtet Vorstandsmitglied Peter Studer.

Der Verein Lungenkranke und Sauerstoffpatienten ist deshalb eine Anlaufstelle für Leute, die an COPD oder an einer anderen schweren Lungenerkrankung leiden.

«Wir laden COPD- oder Asthma-Erkrankte und ihre Angehörige zu Veranstaltungen ein, wo sie die Möglichkeit zum Gedankenaustausch und Weitergabe von Informationen haben», erklärt Studer.

«Wir wollen auch dazu beitragen, dass die Krankheitsbilder in der Öffentlichkeit bekannter werden». Peter Studer besucht deshalb auch Schulen und berichtet von seiner Krankheit, wenn er dazu eingeladen wird.

Daneben soll im Verein auch das Gesellige nicht zu kurz kommen; im Dezember steht ein Klaushock, im August ein Glacéplausch auf dem Programm.

Aufbau und Ablauf einer Reha

Für das Sauerstoffpatienten-Treffen in Olten, das bereits die zehnte Auflage erlebte, war Thomas Sigrist für einen Vortrag eingeladen. Sigrist ist Facharzt für innere Medizin und leitender Arzt der Pneumologie (Lungenmedizin) in der Klinik Barmelweid bei Aarau. Er referierte über den Aufbau und Ablauf einer stationären pulmonalen (Lungen-) Rehabilitation.

Auf die Barmelweid kommen Personen mit unterschiedlichen Krankheitsbildern. Neben der COPD sind dies unter anderem die Cystische Fibrose (eine Erbkrankheit) oder Asthma bronchiale, aber auch Patientinnen und Patienten nach einer Lungenoperation.

Eine stationäre Reha dauert durchschnittlich zwei bis drei Wochen. Beim Eintritt in die Klinik überprüft der stationäre Arzt die Diagnose. Er erfragt auch die Krankheit aus der Sicht des Patienten, seine Probleme etwa bei Treppensteigen oder seine Atemnot, verbunden mit Angst, keine Luft mehr zu kriegen.

«Reha ist nicht sexy»

Mit dem Sechs – Minuten – Gehstest wird der Zustand beim Eintritt und Austritt gemessen. «Wir können die Lunge nicht gesund machen», gab Sigrist zu bedenken, «aber wir wollen eine Verbesserung erzielen.»

Dies erreicht man mit einem Wochenprogramm, das spezifisch für den Patienten zusammengestellt wird. Es enthält beispielsweise Physiotherapie, Entspannungstechniken, Instruktionen, wie man richtig atmet oder inhaliert, Ernährungsberatung, Fitnesstraining etwa durch Wandern oder auf dem Hometrainer. Ziel ist, den Patienten die Rückkehr in den Alltag mit optimaler Lebensqualität zu ermöglichen.

«Reha ist nicht <sexy>», betonte Thomas Sigrist. Sie ist auf eine lange Sicht hin angelegt.

Wichtig sei, die Abwärtsspirale, auf der sich ein Patient befindet, zu durchbrechen und ihn zu einer grösseren Leistungsfähigkeit im Alltag zu führen. (Oltner Tagblatt)