

# Wenn die Luft knapp wird

Sie ist weitverbreitet und doch weitgehend unbekannt: die COPD (Abkürzung für engl. Chronic Obstructive Pulmonary Disease), eine gefährliche Erkrankung der Lunge. Am Welt-COPD-Tag am 15. November wollen Betroffene aufklären und ermutigen, sich der Erkrankung zu stellen.

Nov 15, 2017

Der vermutlich berühmteste COPD-Patient war bekannt in seiner Rolle als Mr. Spock – mit langen, spitzen Ohren und einer notorischen Vernunft, die seine Mitstreiter oft höllisch nervte. Scheinbar unverwundbar verkörperte Schauspieler Leonard Nimoy die Figur aus der Science-Fiction-Serie „Star Trek“. Im wahren Leben aber litt er viele Jahre lang unter der chronisch-obstruktiven Lungenerkrankung, im Fachjargon COPD genannt. „Mit COPD zu leben“, twitterte er 2014, „ist kein Spaß.“<sup>1</sup>

Wahrlich nicht! Dies kann auch Katrin bestätigen, eine Patientin Anfang 60, deren Erkrankung vor einigen Jahren diagnostiziert wurde. Zunehmend fallen ihr Alltagsaktivitäten schwer, die sie früher leicht erledigen konnte, zum Beispiel die Einkäufe im Supermarkt. „Wegen starker Atemnot bin ich schneller erschöpft und fürchte, dass ich den Weg nach Hause nicht mehr schaffe.“ Bedingt durch die COPD, fängt sie sich jetzt auch rascher Infekte ein. Sie bangt um ihre Selbstständigkeit.<sup>2</sup>

## Fehlende Energie

Aus gutem Grund, denn die COPD ist eine ernste Erkrankung. Die Luft zum Atmen wird immer knapper. Die Patienten husten, haben vermehrte Schleimbildung und bekommen Auswurf oft schon bei kleinen Anstrengungen.<sup>3</sup> Die Krankheit belastet irgendwann nicht nur die Lungen, sondern führt oft auch zu Gewichtsverlust. Katrin hat bereits stark abgenommen. So fehlt ihrem Körper häufig die Energie für den Alltag.<sup>2</sup>

## Am Anfang steht die Entzündung

Katrin ist eine von sieben Millionen Betroffenen allein in Deutschland. Die COPD kommt damit öfter vor als die drei bekannteren Lungenerkrankungen Asthma, Lungenentzündung und Lungenkrebs.<sup>8</sup> Meist beginnen die ersten Symptome zwischen dem 40. und 55. Lebensjahr – sie schleichen sich ein und werden immer stärker.<sup>8</sup> Die Erkrankung beginnt mit einer chronischen Entzündung der Bronchien. Wenn sich ergänzend dazu noch die unteren Atemwege verengen und den Luftstrom blockieren, sprechen Ärzte von einer COPD.<sup>4</sup>

## Akute Auslöser verschlimmern die Krankheit

Als Hauptrisikofaktor wird die jahre- bis jahrzehntelange Zigarettensucht genannt.<sup>4</sup> „Ich habe vor 30 Jahren mit dem Rauchen aufgehört“, twitterte Leonard Nimoy weiter, „nicht früh genug.“ Und riet seinen gut 800.000 Followern, von den „Kippen“ abzulassen.<sup>1,5</sup> Allerdings erkranken auch Menschen, die nie oder nur sehr selten zur Zigarette gegriffen haben. Die COPD verschlimmert sich akut durch bestimmte Auslöser. Dazu zählen beispielsweise Infekte, nasskalte Witterung, erhöhter Smog – oder andere Erkrankungen, etwa von Herz und Kreislauf.<sup>4</sup>

## Gutes Krankheitsmanagement ist wichtig

Heilbar ist die COPD nicht, aber mit Medikamenten behandelbar. Ziel: ein insgesamt besserer Zustand und eine verbesserte Belastbarkeit der Patienten. Das Management der Erkrankung liegt auch in den Händen der Betroffenen selbst. Falls sie trotz Erkrankung immer noch zur Zigarette greifen, ist die Tabakentwöhnung einer der wichtigsten Schritte – wenn nicht gar die wichtigste Maßnahme überhaupt. Eine gesunde Ernährung, Atemgymnastik und moderater Sport, unter anderem in speziellen Lungensportgruppen, helfen ebenfalls.<sup>4,7</sup>

## Kostenfreie Informationsbroschüre

Novartis hat eine kostenfreie Broschüre mit nützlichen Informationen zum Krankheitsmanagement bei COPD zusammengestellt. Sie ist über die Webseite <https://www.copd-atemnot.de> herunterzuladen und dort auch in gedruckter Form zu bestellen.

1. <https://www.youtube.com/watch?v=F7CXZa84BVQ>
2. <https://www.copd-atemnot.de/patientengeschichten/katrin-beim-einkaufen>
3. <https://www.copd-atemnot.de/ueber-copd/symptome>
4. <http://www.patienten-information.de/mdb/downloads/nvl/copd/copd-1aufl-vers1-4-pll.pdf>  
(hier Seite 10)
5. [https://de.wikipedia.org/wiki/Leonard\\_Nimoy](https://de.wikipedia.org/wiki/Leonard_Nimoy)
6. <https://www.copd-atemnot.de/ueber-copd/exazerbation>
7. <https://www.copd-atemnot.de/ueber-copd/behandlung>
8. <https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/copd/haeufigkeit/>

---

**Source URL:** <https://dev1.novartis.de/medien/aktuelles/wenn-die-luft-knapp-wird>

## List of links present in page

1. <https://dev1.novartis.de/medien/aktuelles/wenn-die-luft-knapp-wird>
2. <https://www.copd-atemnot.de>
3. <https://www.youtube.com/watch?v=F7CXZa84BVQ>
4. <https://www.copd-atemnot.de/patientengeschichten/katrin-beim-einkaufen>
5. <https://www.copd-atemnot.de/copd-erkennen>
6. <http://www.patienten-information.de/mdb/downloads/nvl/copd/copd-1aufl-vers1-4-pll.pdf>
7. [https://de.wikipedia.org/wiki/Leonard\\_Nimoy](https://de.wikipedia.org/wiki/Leonard_Nimoy)
8. <https://www.copd-atemnot.de/copd-behandeln/copd-exazerbation>
9. <https://www.copd-atemnot.de/copd-behandeln>
10. <https://www.lungenaerzte-im-netz.de/krankheiten/copd/haeufigkeit/>