

## COPD

### Information für Angehörige

**COPD ist eine dauerhafte Erkrankung, bei der die Atemwege verengt sind. Mit der richtigen Behandlung können viele Betroffene längere Zeit gut damit leben. Wichtig ist, aufs Rauchen zu verzichten, Medikamente regelmäßig und richtig zu inhalieren und in Bewegung zu bleiben. Als Angehörige können Sie Betroffene bei der Behandlung und im Alltag unterstützen.**

#### Was ist COPD?

Bei einer COPD ist die Lunge dauerhaft geschädigt und die Atemwege sind verengt. Die typischen Beschwerden sind Husten, Auswurf und Schwierigkeiten beim Atmen. Wenn die Krankheit fortschreitet, bekommt man schon bei geringer Anstrengung schlecht Luft und ist erschöpft. Es kann auch zu plötzlichen Anfällen von Atemnot kommen. Die Behandlung kann das Fortschreiten der COPD aufhalten oder bremsen und Atemnot-Anfälle verhindern.

#### Wie wird COPD behandelt?

##### » Das Wichtigste: Tabak-Verzicht

COPD entsteht oft durch Rauchen. Deshalb ist es am wichtigsten, mit dem Rauchen aufzuhören.

##### » Medikamente

Medikamente können Beschwerden lindern und einige Notfälle vermeiden. Sie werden inhaliert, also eingeatmet. Sie wirken nur gut, wenn Erkrankte richtig und regelmäßig inhalieren. Richtig inhalieren muss man lernen.

##### » Bewegung, Atem-Unterstützung

Regelmäßige körperliche Bewegung kann Atemnot entgegenwirken, und helfen, dass man im Alltag besser zurechtkommt. Auch wer körperlich schon stark eingeschränkt ist, hat Vorteile von jeder Art Bewegung oder Physiotherapie. Eine Rehabilitation kann dabei unterstützen. Wer nur noch schlecht Luft bekommt, dem kann eventuell zusätzlicher Sauerstoff oder eine Atemunterstützung helfen.



© sururu - stock.adobe.com

Wenn die COPD weit fortgeschritten ist und andere Möglichkeiten ausgeschöpft sind, kann ein Eingriff an der Lunge in Frage kommen, um überblähte Teile der Lunge zu entfernen oder zu verkleinern.

#### Wie können Angehörige helfen?

Das Leben mit COPD verlangt Betroffenen einiges ab. Sie als Angehörige können dabei helfen, den Alltag zu bewältigen – vorausgesetzt, der oder die Erkrankte möchte das:

- Wer versucht, mit dem Rauchen aufzuhören, dem hilft Ermutigung, Geduld und Verständnis. Wenn Sie selbst rauchen: Es hilft dem oder der Erkrankten, wenn Sie damit aufhören.
- Sie können beim regelmäßigen Inhalieren unterstützen. Wenn möglich, gehen Sie mit in die Arztpraxis und lassen Sie sich den richtigen Gebrauch des Inhalier-Geräts ebenfalls erklären.
- Achten Sie zuhause darauf, ob der oder die Erkrankte plötzlich ein neues Inhalier-Gerät bekommt. Fragen Sie dann nach, ob ihm oder ihr erklärt wurde, wie man es richtig anwendet. Sprechen Sie auch in der Apotheke an, wenn dort ein unbekanntes Inhalier-Gerät ausgegeben wird.
- Ermutigen Sie dazu, an Sport- oder Trainingsangeboten teilzunehmen. Sie können bei der Suche nach passenden Angeboten helfen, zum Beispiel Reha- oder Lungensport-Gruppen. Bauen Sie Bewegung in den Alltag ein. Legen Sie beispielsweise kurze Strecken gemeinsam zu Fuß zurück.
- Lassen Sie sich Anzeichen für einen Notfall erklären, um gegebenenfalls den Notruf 112 zu wählen.
- Und die größte Herausforderung: Übertreiben Sie es nicht mit der Fürsorge. Kein Mensch will sich den ganzen Tag als „Problemfall“ erleben. Versuchen Sie, den Alltag gemeinsam zu genießen. Auch wenn das nicht immer einfach ist.