

10.11.2015 – 10:00 Uhr

COPD: Rauchstopp, Bewegung und Grippeimpfung helfen

Bern (ots) -

In der Schweiz leiden rund 400'000 Menschen an der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung COPD. Um den Krankheitsverlauf zu stabilisieren, sind eine frühzeitige Diagnose und der Rauchstopp zentral. Daher bietet die Lungenliga Rauchstopppangebote und diesen November zusätzlich kostenlose Lungenfunktionsmessungen an.

COPD (chronic obstructive pulmonary disease) beginnt scheinbar harmlos mit Husten am Morgen und Auswurf. Später kommt Atemnot dazu. Da rund 90% der Betroffenen rauchen, werden diese Symptome anfänglich oft als normal angesehen und nicht ärztlich abgeklärt. Das ist gefährlich, denn COPD zerstört das Lungengewebe unwiederbringlich. Die langfristigen Folgen sind schwere Atemnot sowie eine stark eingeschränkte Mobilität; unbehandelt führt die Krankheit zum Tod. In der Endphase der Krankheit benötigen COPD-Betroffene meist zusätzlichen Sauerstoff.

Kostenlose Lungenfunktionsmessungen

Mit einer frühen Diagnose und Behandlung können die schlimmsten Folgen der Krankheit vermieden werden. Deshalb bietet die Lungenliga im November kostenlose Lungenfunktionsmessungen an. Der Test dauert nicht länger als 10 Minuten und ist für alle Menschen mit Atembeschwerden sinnvoll. Besonders empfohlen wird er langjährigen Raucherinnen und Rauchern über 45 Jahren. Standorte und Termine:
www.lungenliga.ch/spirometrien.

Bessere Lebensqualität dank Rauchstopp, Bewegung und Grippeimpfung

COPD ist nicht heilbar, der Krankheitsverlauf kann jedoch gebremst werden. Die erste Massnahme nach einer COPD-Diagnose ist für Rauchende der Rauchstopp. Eine professionelle Rauchstopp-Beratung erleichtert den Ausstieg. Um die Symptome der Krankheit abzuschwächen und die Lebensqualität zu verbessern, ist regelmässige Bewegung wichtig. Sie stärkt die Muskeln, verbessert die Kondition und erleichtert das Atmen. Zudem empfehlen Ärzte bei COPD die jährliche Grippeimpfung, um eine Erkrankung mit Komplikationen zu vermeiden.

Weitere Informationen:

- Informationen zu COPD und Online-Risikotest:
www.lungenliga.ch/copd

- Rauchstopp-Angebote:
www.lungenliga.ch/rauchstopp

Leben heisst atmen

Die Lungenliga berät und betreut Menschen mit Lungenkrankheiten und Atembehinderungen, damit sie möglichst beschwerdefrei und selbständig leben können und eine höhere Lebensqualität erreichen. Fachlich gut vernetzt vertritt sie die Anliegen ihrer Patientinnen und Patienten und fördert deren Selbsthilfe. Mit Prävention und ihrem Engagement für saubere Luft setzt sich die Lungenliga dafür ein, dass immer weniger Menschen an Lunge und Atemwegen erkranken.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Lungenliga Schweiz,
Barbara Weber, Mediensprecherin
Tel. +41 31 378 20 72
b.weber@lung.ch
www.lungenliga.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100000839/100780278> abgerufen werden.