

Kostenfreies Beratungsangebot

Patient:innen des Gemeinschaftskrankenhauses Havelhöhe und Kurs-Teilnehmer:innen der Gesellschaft für Gesundheit und Prävention Havelhöhe gGmbH können ein kostenfreies Beratungsangebot zur Inhalationstherapie bei Asthma bronchiale oder COPD vereinbaren. Die Beratung findet freitags zwischen 13 und 14 Uhr statt.

Anmeldung telefonisch unter 030 36501 -280 (Sekretariat Lungenzentrum) oder -137 (Sekretariat Gesellschaft). Gerne auch per E-Mail an lunge@havelhoehe.de.

Umwelt- und klimafreundliche Arzneimittel und Medizinprodukte (Projekt UKAM – DPI)

Informationen für Patient:innen mit chronischen Atemwegserkrankungen

Liebe Patientin, lieber Patient,

wir möchten Ihre Atemwegserkrankung bestmöglich behandeln. Das bedeutet, dass wir Ihnen helfen wollen möglichst geringe oder keine Beschwerden bei der Atmung zu haben, auch wenn Sie sich anstrengen. Sie sollen ihren Alltag trotz ihrer Erkrankung so gut und schön wie möglich verbringen können.

Für die Behandlung Ihrer Atemwegserkrankung brauchen Sie ein Hilfsmittel (Inhalator) mit dem Sie die modernen Medikamente direkt in ihre Atemwege befördern können. Folgende Bedingungen wollen wir zusammen mit Ihnen für die Wahl des bestmöglichen Hilfsmittels besprechen:

1. Es sollen die richtigen Inhaltsstoffe verwendet werden
2. Inhaltsstoffe sollten lange genug wirksam sein
3. Sie sollten mit der Bedienung des Inhalators gut zurechtkommen
4. Sie sollten rechtzeitig erfahren, wenn die Inhaltsstoffe des Inhalators aufgebraucht sind
5. Der Inhalator sollte für niemanden schädlich sein

Mehr Details

1. Es gibt grundsätzlich „Atemwegsöffner“ und „Entzündungshemmer“ die über einen Inhalator appliziert werden. Außerdem gibt es weitere Medikamente, die man nicht über einen Inhalator anwendet. Über die richtige Mischung möchten wir Sie beraten.
2. Kurzwirksame Medikamente haben Vor- und Nachteile, insbesondere wissen wir heute, dass der zu häufige Einsatz von kurzwirksamen Medikamenten sich ungünstig auf ihre Gesundheit auswirken kann. Hierzu beraten wir Sie persönlich und ganz individuell.
3. Bringen Sie bitte alle Ihre Inhalatoren mit, wir prüfen und beraten Sie nach ihrer individuellen Situation und Fingerfertigkeit
4. Wir erklären ihnen, ob ihr Inhalator, optimal ausgenutzt wird, oder ob Reste im Gerät verbleiben und erläutern Ihnen wie ein leerer Inhalator mit geringstmöglichen Schäden für Umwelt und Klima zu entsorgen ist
5. Wir erklären Ihnen, welche Art von Inhalatoren durch den Gebrauch unser Klima belasten. Wir beraten Sie auch zu klimafreundlicheren Alternativen.

Ziel ist es, die Beschwerden ihrer Erkrankung zu verbessern und eine bestmögliche Lebensqualität zu erlangen. Dabei können Sie auch das Klima und die Umwelt schützen.

Weiterführende Informationen

Chronische Atemwegserkrankungen wie Asthma bronchiale und die chronisch obstruktive Bronchitis (COPD) werden durch den **Klimawandel bzw. seine Ursachen** wie z. B. steigende Feinstaubkonzentration und längere Pollensaison begünstigt. Die Lunge ist eines der am stärksten von klimatischen Veränderungen betroffenen Organe. Derzeit sind etwa 10 Mio. Menschen von chronischen Atemwegserkrankungen betroffen.

Zur Therapie der chronischen Atemwegserkrankungen werden verschiedene Arten von inhalativen Arzneimitteln eingesetzt, die in unterschiedlicher Ausprägung zum Klimawandel beitragen. Bei den inhalativen Arzneimitteln wird im Wesentlichen zwischen **treibgasbetriebenen Dosieraerosolen** (DA) und Pulverinhalatoren (DPI) unterschieden. Pulverinhalatoren enthalten die Wirkstoffe in Pulverform und benötigen keine klimaschädlichen Treibmittel.

Werden Sie aktiv und helfen Sie mit, unser Klima zu schützen!

Treibhausgasemittierende Dosieraerosole können gegen klimafreundlichere Pulverinhalatoren ausgetauscht werden. Diese besitzen einen bis zu 40-fach kleineren CO₂-Fußabdruck.

Bewegungs- und Sportangebote

Auch hier können Sie selber aktiv werden! Es stehen zahlreiche Angebote für Patient:innen mit Atemwegs- und Lungenerkrankungen zur Verfügung. Lungensport ist weniger „Sport“ als eine Bewegungsschulung, wenn der Atem „knapp“ wird. Es wird dabei geübt, die Weisheit der Atmung trotz der Erkrankung wieder für den Alltag einzusetzen. Patienten mit Atemwegserkrankungen profitieren von der Teilnahme am Lungensport.

Gut zu wissen: Dieser richtet sich auch an Menschen mit einer stark eingeschränkten Belastbarkeit. Auch dann, wenn Sie mit einer mobilen Sauerstoffversorgung versorgt wurden, ist die Teilnahme am Lungensport zu empfehlen.

Es gibt zahlreiche Angebote für Menschen mit Atemwegserkrankungen. Online stehen Videos zur Verfügung mit denen Sie sofort beginnen können. Auch bieten wir Ihnen Live-Online-Lungensport 1x wöchentlich an. Oder Sie nutzen eines unserer ambulanten Lungensport-Angebote, welche wir an verschiedenen Standorten in Berlin und Brandenburg betreiben.

Nehmen Sie gerne Kontakt zu uns auf! Sie erreichen uns telefonisch, montags bis freitags von 8.00 bis 14.00 Uhr unter 030 36501 137 oder per E-Mail unter info@lungensport-havelhoehe.de.

Rauchen Sie Zigaretten oder dampfen E-Zigaretten?

Wir beraten Sie ebenfalls gerne zur Entwöhnung und zum Rauchstopp. Besuchen Sie unsere offene Raucherambulanz – kostenfrei und ohne Voranmeldung – montags um 17 Uhr im Gemeinschaftskrankenhaus Havelhöhe, Haus 10, Erdgeschoss, Raum 20.

Weblinks

<https://www.atemwegsliga.de/>

<https://www.lungensport.org/videos.html> (Videos zum Mitmachen)

<https://gla-havelhoehe.de/luft-und-gesundheit/>

<https://www.havelhoehe.de/de/krankenhaus-havelhoehe/nachhaltigkeit/health-for-future-havelhoehe/>

Quellenangaben

Caress et al. 2005. Thorax 60:199–205. Involvement in treatment decisions: what do adults with asthma want and what do they get? Results of a cross sectional survey

Gupta et al. 2023. Climate Change and Inhaler Selection in Patients With Respiratory Disease
Klimabewusste Verordnung von Inhalativa S2k-Leitlinie AWMF-Register-Nr. 053-059 2024