



Lungensport in der Praxis: das neue Informationsvideo der Deutschen Atemwegsliga

Lungensport in der Praxis: das neue Informationsvideo der Deutschen Atemwegsliga Der tägliche Umgang mit den COPD-Patienten zeigt die Notwendigkeit des körperlichen Trainings auf. Was jedem Arzt - ob Hausarzt oder Facharzt - hinsichtlich des flächendeckend betriebenen Herzsports einsichtig ist, trifft für den lungenkranken Patienten, insbesondere für die COPD noch lange nicht zu. "Täglich erfahren wir die Unzulänglichkeit der alleinigen medikamentösen Therapie, sehen bei jedem Besuch die weitere Verschlechterung der körperlichen Situation der Patienten", berichtet Dr. Antje Hammers-Reinhard, Homburg. Durch die Dyspnoe sind Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen in ihrer körperlichen Aktivität limitiert und erfahren eine fortschreitende Dekonditionierung. Aus Angst vor der Situation "Luftnot" kommt die Bewegung immer mehr zu kurz. Über viele Jahre wurde bei Asthma und COPD körperliche Schonung propagiert, dabei zeigen zahlreiche Untersuchungen seit Jahren die Erfolge des Trainings. Auch die stationäre pulmonale Rehabilitation dokumentiert zunehmend die Erfolge des Trainings hinsichtlich Dyspnoe, Verbesserung der Belastbarkeit im Alltag und Reduktion von Exazerbationen und damit der Lebensqualität. Um den motivierten Patienten (nach Reha oder aus der Klientel der Praxis) eine Anlaufstelle für ein geeignetes Training zu geben, hat Hammers-Reinhard vor elf Jahren eine Lungensportgruppe gegründet. Hier findet Sport, angepasst an die individuellen Bedürfnisse, mit speziell ausgebildeten Übungsleitern, in definierten Übungsstunden, wie sie aus dem Video gut ersichtlich sind, statt. Zusammenfassend blicken wir auf elf Jahre erfolgreichen Lungensport zurück, können von einem erfreulichen Wachstum der Mitgliederzahlen und geringer Fluktuation berichten. Auf Grund des Wachstums wurde bereits eine zweite Gruppe initiiert. So kann das Training an den unterschiedlichen Schweregrad und die damit sehr unterschiedliche Belastbarkeit der Teilnehmer angepasst werden. Die Lebensqualität hat für alle erheblich zugenommen, die Exazerbationen sind rückläufig. Die Patienten haben eine Gruppe gefunden, wo sie trotz ihrer Beeinträchtigung Sport treiben können, die Belastung an ihre Bedürfnisse angepasst ist und somit psychische Hemmnisse vor Sport in der Gruppe nicht vorliegen", beschreibt Hammers-Reinhard die erfreuliche Situation. Mit ihrem neuen Informationsvideo will die Deutsche Atemwegsliga Patienten mit COPD oder Asthma und deren Angehörige dazu motivieren, sich mit dem Thema "Lungensport" auseinanderzusetzen. Das Video zeigt, wie eine typische Trainingseinheit ablaufen kann und welche Zusatzoptionen, wie z. B. Hockey in der Halle oder Nordic Walking bei regelmäßig trainierenden Patienten möglich sind. Mitglieder der Lungensportgruppe Homburg/Saar berichten in dem Video, wie sie zum Lungensport gekommen sind und wie körperliche Aktivität ihr Leben positiv verändert hat. Quelle: Vortrag "Lungensport in der Praxis: das neue Informationsvideo der Deutschen Atemwegsliga", Referentin: Dr. Antje Hammers-Reinhard, Homburg/Saar, anlässlich der Pressekonferenz der Deutschen Atemwegsliga im Rahmen des 55. Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin, Bremen, 27. März 2014 Deutsche Atemwegsliga e.V. Im Prinzenpalais: Burgstr. 12 33175 Bad Lippspringe Telefon: 0 52 52 - 9 33 615 Telefax: 0 52 52 - 9 33 616 Mail: kontakt@atemwegsliga.de URL: <http://www.atemwegsliga.de/>  http://www.pressrelations.de/new/pmcounter.cfm?n_pnr_=562643 width="1" height="1">

Pressekontakt

Deutsche Atemwegsliga e.V.

33175 Bad Lippspringe

atemwegsliga.de/
kontakt@atemwegsliga.de

Firmenkontakt

Deutsche Atemwegsliga e.V.

33175 Bad Lippspringe

atemwegsliga.de/
kontakt@atemwegsliga.de

Weitere Informationen finden sich auf unserer Homepage