

MEDIENMITTEILUNG

Bern, 12. April 2010

Leben ohne Atemnot dank guter Asthma-Kontrolle

Bei einem Anfall kommen Asthmatikerinnen und Asthmatiker rasch ausser Atem, sie haben ein Engegefühl auf der Brust und das Ausatmen fällt ihnen schwer. Mit den heutigen Behandlungsmöglichkeiten lässt sich Asthma in den meisten Fällen gut kontrollieren. Dennoch ist das Asthma bei zwei Dritteln der Betroffenen ungenügend kontrolliert und sie leiden unter Symptomen. Zum Welt-Asthma-Tag am 4. Mai 2010 macht die Lungenliga auf die Bedeutung einer guten Asthma-Kontrolle aufmerksam.

500'000 Menschen in der Schweiz leiden an Asthma. Jedes 10. Kind und etwa jede 14. erwachsene Person sind betroffen. Asthma ist nicht heilbar. Mit der richtigen Diagnose, einer guten Schulung und der richtigen Behandlung können die meisten Betroffenen ihr Asthma jedoch gut kontrollieren. Ziel der Behandlung ist es, dass Asthmatikerinnen und Asthmatiker fast keine Symptome haben und sportlich aktiv sein können.

Wissen ist der erste Schritt zu einem erfolgreichen Asthma-Management

Für eine erfolgreiche Asthmakontrolle spielen die Betroffenen selber eine wichtige Rolle. Um Anfällen vorzubeugen und Notfälle zu vermeiden, müssen sie ihre Krankheit und deren Behandlung genau kennen. Die Entzündung in den Bronchien nehmen Asthmatikerinnen und Asthmatiker in der Regel nicht wahr. Trotzdem ist es wichtig, dass sie die Behandlung nach ärztlicher Vorgabe auch in symptomfreien Zeiten fortsetzen. Dies verhindert nicht nur Asthmaanfälle sondern auch irreparable Langzeitschäden der Atemwege.

Kinder mit Asthma sind besonders eingeschränkt

Bei knapp der Hälfte der betroffenen Kinder ist das Asthma ungenügend therapiert. Sie können wegen des Asthmas nicht ruhig schlafen, sind bei körperlichen Aktivitäten eingeschränkt oder fehlen in der Schule. Prof. Dr. Johannes Wildhaber, Chefarzt Pädiatrie im Kantonsspital Freiburg, stellt fest: „Asthma hat immer noch einen grossen negativen Einfluss auf die Lebensqualität von Kindern, obwohl es heutzutage gut therapierbar ist.“

Mit gut kontrolliertem Asthma können Kinder und Jugendliche meist an allen Aktivitäten ihrer Schulklassen und ihres Freundeskreises teilnehmen. Auch Sport sollte zu den regelmässigen Aktivitäten gehören, weil Sport die körperliche Leistungsfähigkeit fördert und das Selbstwertgefühl stärkt.

Die Lungenliga unterstützt Betroffene mit Schulung, Beratung und Information

In Patientenschulungen der Lungenliga lernen Kinder und Erwachsene unter kompetenter Anleitung, wie sie im Alltag mit ihrer Krankheit selbstverantwortlich umgehen können. Bereits Kinder ab 4 Jahren üben so richtiges Verhalten ein und kennen die Wirkung der Medikamente. Für Jugendliche mit Asthma bietet die Lungenliga Powerlungs-Ruderkurse an, die auf verschiedenen Flüssen und Seen in der Schweiz stattfinden. Um Jugendliche zu ermutigen, sich mit dem Thema Asthma auseinanderzusetzen, gibt die Lungenliga den Comic „Love is in the air“ gratis ab und auf www.loveisintheair.ch kann das Online-Game dazu gespielt werden. In Einzelberatungen werden Betroffene individuell unterstützt, beispielsweise bei Fragen zur Allergieprävention oder Inhalationstechnik.

Der **Online-Arzt** Dr. med. Thomas Rothe, Pneumologe FMH in Davos-Clavadel, beantwortet vom 3. bis 14. Mai 2010 auf www.lungenliga.ch medizinische Fragen von Betroffenen, Angehörigen und Interessierten. Am **Lungentelefon 0800 404 800** beantworten Ärztinnen und Ärzte jeden Dienstag von 17-19 Uhr Fragen zu Lunge und Atemwegen.

Verschiedene Broschüren rund ums Thema Asthma wie auch den Comic „Love is in the Air“ können kostenlos in Deutsch, Französisch und Italienisch über www.lungenliga.ch, per E-Mail bei info@lung.ch, oder per Telefon unter 031 378 20 50 bestellt werden.

Unter www.loveisintheair.ch kann das Online-Game zum Comic gespielt werden.

Die kantonalen Lungenligen bieten für Asthmabetroffene verschiedene Kurse an wie Patientenschulungen, Schwimmkurse, Kurse Atmen und Bewegen, Atemphysiotherapiekurse etc. Eine vollständige Übersicht über das Kursangebot finden Sie auf www.lungenliga.ch.

Leben heisst atmen

Die Lungenliga ist die Schweizerische Gesundheitsorganisation für die Lunge und die Atemwege. Sie setzt sich dafür ein, dass weniger Menschen an Atemwegserkrankungen leiden oder gar vorzeitig daran sterben, und dass Atembehinderte und Lungenkranke möglichst beschwerdefrei leben können. 23 kantonale Ligen sind wichtige Anlaufstellen für Menschen mit Atembehinderungen und Lungenkrankheiten wie Asthma, Schlafapnoe, chronische Bronchitis und COPD sowie Tuberkulose. Die Lungenliga engagiert sich auch für eine bessere Luft - drinnen und draussen.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Lungenliga Schweiz
Frau Ursula Luder
Tel. 031 378 20 50
u.luder@lung.ch

Regionale Aktivitäten im Rahmen des Welt-Asthma-Tages vom 4. Mai 2010

<p>Lungenliga Graubünden Tel. 081 354 91 00 Fax 081 354 91 09 info@llgr.ch www.llgr.ch</p>	<p>14. Bündner Asthma-Tag mit Referaten und Workshops Im Calvensaal 7000 Chur</p>	<p>Dienstag 4. Mai 2010 18-21 Uhr</p>
<p>Lungenliga beider Basel Tel. 061 269 99 66 Fax 061 269 99 60 info@llbb.ch www.llbb.ch</p>	<p>Infoabend zum Thema Asthma mit PD Dr. med. Jörg Leuppi, Universitätsspital Basel Haus der Gesundheitsligen Mittlere Strasse 35 4056 Basel</p>	<p>Mittwoch 5. Mai 2010 18-20 Uhr</p>
<p>Ligue pulmonaire jurassienne Tél 032 422 20 12 Fax 032 422 20 45 direction@liguepj.ch</p>	<p>Stand d'information sur l'asthme avec animation de jeux sur le souffle à Porrentruy, piscine couverte</p>	<p>Mercredi 5 mai 2010 13h00 à 18h00</p>
<p>Lungenligen Aargau, beider Basel, Bern, Luzern, Solothurn Tel. 032 628 68 28 Fax 032 628 68 38 info@lungenliga-so.ch www.lungenliga-so.ch</p>	<p>SportPlausch am „End der Welt“, Magglingen für Kinder zwischen 7–12 Jahren mit Asthma, und ihre Geschwister im gleichen Alter. Mehr Info: www.lungenliga-so.ch</p>	<p>Samstag 8. Mai 2010</p>
<p>Lungenliga Solothurn Tel. 032 628 68 28 Fax 032 628 68 38 info@lungenliga-so.ch www.lungenliga-so.ch</p>	<p>4. Fussballevent mit der 1. Mannschaft des FC YB</p>	<p>7. Juli 2010 Nachmittag</p>