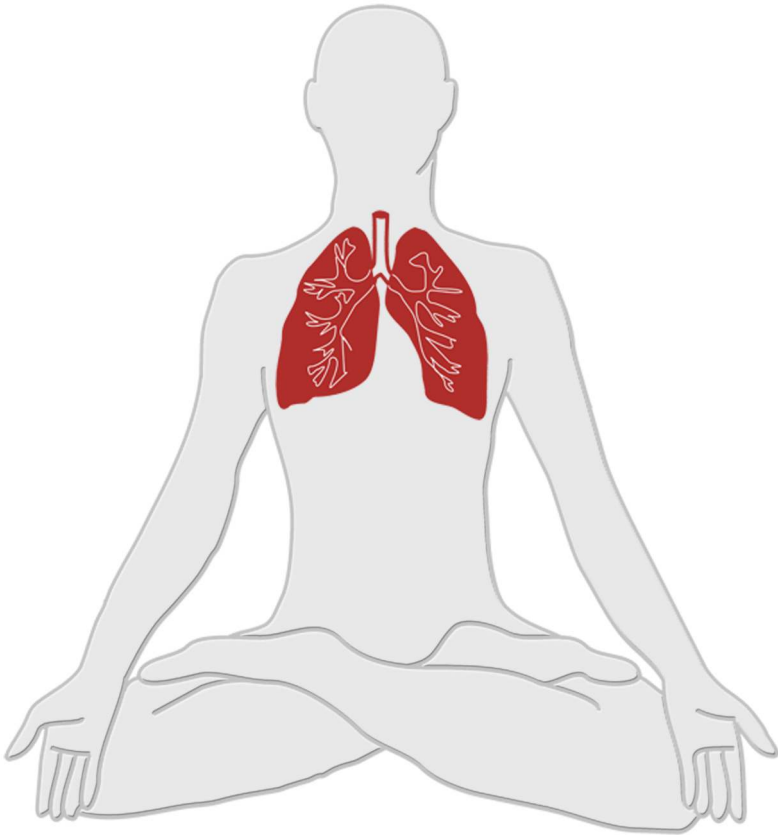


DER LUNGENBOTE HEFT 3

Lungenfibrose



COPD & Lunge e.V.

Patienten- und Selbsthilfeorganisation
für Lungenerkrankte

2.Auflage - 2015

Lungenfibrosen oder fibrosierende Lungenerkrankungen sind der Sammelbegriff für eine ganze Reihe unterschiedlicher Krankheitsbilder. Die Lungenfibrose ist eine Erkrankung des Lungengewebes. Das vermehrt gebildete Bindegewebe verhärtet und vernarbt. Durch diese Umbauprozesse nimmt die Dehnbarkeit der Lunge ab, und der Gasaustausch - also die Aufnahme von Sauerstoff aus der Atemluft ins Blut und die Abgabe von Kohlendioxid - wird behindert. Resultat ist eine Einschränkung der Lungenfunktion.

Auslöser einer Lungenfibrose

Die Lungenfibrose kann unterschiedliche Ursachen haben, immer aber bildet sich unkontrolliert körpereigenes Kollagen. Kollagen ist fast undehnbar und kommt als wichtigstes Eiweiß überall im menschlichen Körper vor. Aber auch eine ganze Reihe von chemischen Substanzen, kann mit der Zeit das Lungengewebe so stark reizen, dass es zum fibrösen Umbau kommt. Auch Durchblutungsstörungen, verschiedenste Infektionen durch Viren, Bakterien oder Pilze, Systemerkrankungen und Gifte können eine Lungenfibrose verursachen. In der Hälfte der Fälle ist die Ursache allerdings unbekannt.

Symptome einer Lungenfibrose

Die Betroffenen leiden oft an Husten, Müdigkeit und stark eingeschränkter Belastbarkeit. Ein erstes Symptom ist auch die Wassereinlagerung in der Lunge, da die Wände der Lungenbläschen verdickt sind. Der Gasaustausch zwischen Blut und Lunge ist behindert. Anfangs kommt es unter Belastung zu Atemnot, später auch in Ruhe.

Wird die Lunge nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt kommt es zu einer Blaufärbung der Lippen und Finger. Weitere Anzeichen sind so genannte Trommelschlegelfinger, bei denen die Fingerendglieder kolbenförmig aufgetrieben sind. Auch auffällig gewölbte Fingernägel - Uhrglasnägel - sind ein Signal. Im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung stellt sich nicht selten ein Lungenhochdruck ein, der zu schwerwiegenden Folgeerscheinungen am Herzen führen kann.

Therapie

Die Lungenfibrose kann zum gegenwärtigen Stand der medizinischen Forschung nicht geheilt werden. Vernarbttes Gewebe bildet sich nicht mehr zurück. Daher ist das Hauptziel der Therapie die Ausweitung der Vernarbung und Versteifung der Lunge zu stoppen oder wenigstens zu verlangsamen. Auslösende Faktoren, falls bekannt, muss der Betroffene natürlich meiden.

Ist die Lungenfibrose stark ausgeprägt und eine medikamentöse Behandlung nicht mehr möglich, besteht die Indikation zur Lungentransplantation. Eine Prognose des Therapieerfolges ist schwierig, da es viele verschiedene Auslöser der Lungenfibrose gibt und die Krankheit damit sehr unterschiedlich verlaufen kann.

Nicht medikamentöse Therapien

Heutzutage hat die nicht medikamentöse Therapie einen hohen Stellenwert in der Behandlung von Lungenerkrankungen, die nachfolgend kurz genannt werden.

Rauchstopp

Wichtigster Baustein jeglicher Lungenerkrankung ist die Nikotinabstinenz!

Impfungen

Betroffene sind häufig infektanfällig, lassen Sie sich gegen Grippe- und Pneumokokken impfen!

Schulungen

Nehmen Sie nach Möglichkeit an einer Atemwegsschulung teil. Disease-Management-Programme (DMP) werden von der Krankenkasse angeboten.

Körperliches Training

Bewegung ist ein fester Bestandteil der Langzeittherapie bei Lungenerkrankungen. Regelmäßiges körperliches Training verbessert die Lebensqualität, erhöht Ihre Belastbarkeit und verringert die Anzahl akuter Verschlechterungen.

Atemtherapie

Hier erlernen Sie bestimmte Atemtechniken, wie die Lippenbremse und die Atemerleichternden Stellungen, die Ihnen in Notfallsituationen helfen können.

Klopfmassage

Klopfmassagen erleichtern das Abhusten von zähem Schleim

Ernährungsberatung

Kontrollieren Sie regelmäßig Ihr Gewicht. Ungewollte Zu- bzw. Abnahme an Körpergewicht kann zu einem ungünstigen Krankheitsverlauf führen. Manchmal ist dann eine gezielte Ernährungstherapie notwendig.

Sauerstoff-Langzeittherapie

Im fortgeschrittenen Stadium der Erkrankung, benötigen viele Betroffene eine Langzeit-Sauerstofftherapie.

Rehabilitation

Das allgemeine Ziel der medizinischen Rehabilitation ist es, einer drohenden Behinderung oder Pflegebedürftigkeit vorzubeugen, sie nach Eintritt zu beseitigen, zu bessern oder eine Verschlimmerung zu verhüten.

Wir möchten allen, die an einer Lungenerkrankung leiden und deren Angehörige ein Forum bieten, in dem sie sich mit anderen Betroffenen austauschen können. So ist es möglich, sich über die Erkrankungen zu informieren und den eigenen Wissensstand zu verbessern. Gemeinsam Erfahrungen auszutauschen und sich gegenseitig zu informieren, um bestmöglich mit der Erkrankung zu leben.

Um alle Vorteile unserer Internetseite zu nutzen, möchten wir sie bitten, sich kostenlos unter **www.copdunlunge.de** zu registrieren.

Alle ihre Angaben werden vertraulich behandelt.

Sollten sie dazu Fragen haben, wenden sie sich bitte
an: **redaktion@copdunlunge.de**

Ansprechpartner COPD & Lunge e.V.

Heidi Witt

Tel.: 02405 - 475255

eMail: h.witt@copdunlunge.de

Wolfgang Ramsteiner

Tel.: 0241 - 6084981

eMail: w.ramsteiner@copdunlunge.de



Heidi Witt & Wolfgang Ramsteiner

Copyrightinweis:

Alle Texte und Fotos in diesem Ratgeber, sind geistiges Eigentum der Autoren und Fotografen. Jegliche Verwertung, wie das Kopieren und Bearbeitung durch digitale Systeme, ist insgesamt und auch teilweise, und das Hochladen auf andere Internetseiten und soziale Netzwerke, ohne schriftliche Genehmigung untersagt.

Jede Zuwiderhandlung wird strafrechtlich verfolgt.

© Für den Text W. Ramsteiner © Für Fotos W. Ramsteiner und B. Witt

COPD & Lunge e. V. * Lindenstraße 56 * 52080 Aachen * Vereinsregister: VR 4997 *
Vorsitzender Wolfgang Ramsteiner; Stellvertretende Vorsitzende Heidi Witt *
Rufnummer 0241 - 6084981 © 2014 by COPD & Lunge e. V.