

Lungenrehabilitation: Stützpfeiler moderner Therapie chronischer Atemwegserkrankungen

Dr. Johannes Bilek

Das Wichtigste auf einen Blick

Die Aufgabe der kurativen Medizin ist es, Krankheiten zu heilen. Über die körperlichen Beschwerden hinaus haben Krankheiten Auswirkungen auf die unterschiedlichsten Lebensbereiche und erschweren die Teilhabe am Leben. Eine rein medikamentöse Behandlung wird dem komplexen Problem oft nicht gerecht. Die Aufgabe der Rehabilitation ist es, diese verschiedenartigen Auswirkungen zu erkennen und auf mehreren Ebenen zu behandeln. Dadurch bedarf es multimodaler Therapieansätze, die individuell auf die Situation des Patienten abgestimmt sind. Hierfür arbeiten unterschiedliche Berufsgruppen interdisziplinär zusammen.

Neue Erkenntnisse und Aktuelles

Rehabilitation als langfristige Nachsorge nach schweren Erkrankungen oder Verletzungen sowie die Betreuung und Förderung chronisch Kranker oder Körperbehinderter ist seit dem Mittelalter bekannt. Die spezielle Disziplin der pneumologischen Rehabilitation hat sich vor vergleichsweise kurzer Zeit unter die orthopädischen, neurologischen, psychiatrischen, kardiologischen und onkologischen Disziplinen eingereiht. Die Wirksamkeit der Rehabilitation bei chronischen Atemwegserkrankungen steht zwar auf jungen, dafür auf überaus soliden wissenschaftlichen Beinen: Die Besserung der Beschwerden bei chronischen Lungenerkrankungen ist mit höchster wissenschaftlicher Evidenz nachgewiesen.

Mittels eines individuell zugeschnittenen Therapiekonzepts verbessert Rehabilitation die physische und psychische Verfassung, so z.B. Leitsymptome wie Atemnot, Husten, Auswurf, Leistungsfähigkeit, Lebensqualität, Angst und Depression. Durch Schulung (Information, Notfallmanagement, Atemtechnik) und Anregung eines gesundheitsförderlichen Lebensstils können zukünftige Verschlechterungen hintangehalten werden.

Die Wirksamkeit der pneumologischen Rehabilitation ergibt sich nicht zuletzt aus dem multimodalen Therapiekonzept. Ärzte, Sport-, Physio- und Ergotherapeuten, Krankenpflegepersonal, Psychologen, Sozialarbeiter, Ernährungsberater, etc.

arbeiten interdisziplinär zusammen, um einen Erfolg auf allen Ebenen zu gewährleisten.

Das können Sie selbst tun

Die Effekte einer stationären Rehabilitation halten weit über die Dauer des Aufenthalts hinaus an. Sechs bis zwölf Monate nach erfolgreicher Rehabilitation bilden sich die Verbesserungen jedoch wieder zurück. Die erlernten Maßnahmen müssen daher regelmäßig und dauerhaft fortgeführt werden. Da diese - Phase IV genannte - Rehabilitation noch nicht institutionalisiert ist, bedarf es hier oft Eigeninitiative. Vereinssportgruppen, private Initiative zur Sportgruppenbildung, Aktivitätsmonitore oder Apps, Selbsthilfegruppen, atemtherapeutisch geschulte Physiotherapeuten können hier eine dauerhafte Verbesserung aufrechterhalten.

Klinikum Peterhof der NÖGKK
2500 Baden bei Wien
www.klinikum-peterhof.at