

Die chronische Atemwegserkrankung COPD ist auf dem Vormarsch – Rauchen ist die häufigste Ursache

COPD – die unbekannte Volkskrankheit

Im Volksmund treffend Raucherlunge genannt, hat sich die COPD zu einer der häufigsten Krankheiten entwickelt. Die Prognosen gehen davon aus, dass sie bis zum Jahr 2030 die dritthäufigste Todesursache weltweit sein wird. Viele Menschen ignorieren die Symptome und unterschätzen, welche Gesundheitsschäden auf sie zukommen.

COPD? Nie gehört? Dann sind Sie damit nicht allein, denn selbst die von der Krankheit Betroffenen wissen oft nicht, dass sie an „Chronic Obstructive Pulmonary Disease“ erkrankt sind. Früher wurde das auch Raucherlunge genannt. COPD ist heute der Sammelbegriff für irreversible Lungenerkrankungen wie chronische obstruktive Bronchitis und Lungenemphysem. Zigarettenrauchen, aber auch Schadstoffbelastung und zu einem sehr kleinen Teil genetische Störungen können die Ursache sein.

Rauchen ist die häufigste Ursache der COPD

Nicht jeder Raucher bekommt COPD, aber 90 Prozent der Erkrankten waren oder sind Raucher. Je länger und mehr geraucht wurde, desto höher ist das Risiko, daran zu erkranken. Jeder achte Deutsche über

40 Jahren leidet inzwischen an COPD, weltweit ist sie die vierthäufigste Todesursache – mit steigender Todesrate. Wie kommt es, dass COPD trotzdem so unbekannt ist?

Viele wissen nicht, dass sie erkrankt sind

Vielleicht daran, dass COPD anfangs nicht eindeutig zu erkennen ist. Sie entwickelt sich schleichend: Husten, Auswurf und Atemnot sind typische Symptome. Oft treten sie nach einer Erkältungskrankheit auf und die Betroffenen glauben, dass diese einfach verschleppt wurde und irgendwann von alleine weggeht. Es tut ja nicht weh, es stört nur, und irgendwann gewöhnt man sich daran. Oder man geht doch endlich zum Arzt, weil die Symptome stärker werden und häufiger auftreten. Falls dann wirklich COPD festgestellt wird, befindet sich der Betroffene aber

schon im mittelschweren Stadium. Je länger gewartet wird, desto schlimmer sind die Folgen: die obstruktive Bronchitis kann sich zu einem Lungenemphysem entwickeln, das die Lebenserwartung um acht bis zehn Jahre verkürzt. Aber 40 Prozent der Erkrankten ignorieren ihre Beschwerden und wissen daher nicht, dass sie COPD haben.

Die Bronchien bleiben dauerhaft geschädigt

Eine chronische Bronchitis, volkstümlich „Raucherhusten“ genannt, klingt durch Zigarettenentwöhnung ab und die Lunge kann sich wieder vollständig regenerieren. Unbehandelt kann sich aber daraus eine chronisch obstruktive Bronchitis entwickeln, welche die Lunge irreversibel schädigt.

Umso wichtiger ist eine frühzeitige Diagnose und Behandlung. Dadurch lässt sich die Krankheit immerhin stoppen und die Beschwerden lassen sich lindern. Ein Lungenfunktionstest gibt Aufschluss, ob es sich bei den Beschwerden um Anzeichen einer COPD, chronischen Bronchitis oder um Asthma handelt.

Behandlungsmethoden bei COPD

Wenn die Krankheit festgestellt wurde, ist die erste und wichtigste Maßnahme, das Rauchen aufzugeben; sonst laufen alle anderen Maßnahmen zur Rettung der Gesundheit ins Leere. Der Arzt wird Medikamente verschreiben, die inhaliert werden und die Atemwege erweitern, dazu Antibiotika, um Entzündungen zu mildern und zu verhindern. Denn jede Erkältung kann gefährlich werden für den ohnehin geschwächten Körper.

Die Teilnahme an einer Lungensportgruppe hilft, damit die Muskeln nicht verkümmern und die Atmung trainiert werden kann.

Eine gezielte Ernährung verhindert weitere Gewichtsabnahme, auch Übergewicht



Fotos: fred goldstein, Ljupco Smokovski/fotolia

Raucherhusten ist unangenehm, aber kaum jemand macht sich klar, dass daraus eine Krankheit entstehen kann, bei der man im Endstadium auf permanente Sauerstoffzufuhr angewiesen ist.

würde den erkrankten Körper zusätzlich belasten.

Krisen verschlechtern den Allgemeinzustand

Bei extremem Wetter oder durch einen Infekt kann es zu Exazerbationen kommen. Das sind akute Krankheitsschübe. Je öfter sie auftreten, desto nachhaltiger verschlechtern sie den Gesundheitszustand. Deshalb ist es wichtig, den Arzt aufzusuchen, wenn die üblichen Symptome wie Atemnot (flache und schnelle Atmung), Auswurf und Husten sich verstärken und man ein Engegefühl in der Brust verspürt.

COPD verursacht weitere Erkrankungen

Die COPD gilt als Systemkrankheit, das heißt, sie wirkt sich schädlich auf den gesamten Körper aus: Durch das viele Husten verliert der Kör-

per viel Energie. Dazu kommt, dass durch die Atemnot Bewegung an sich vermieden wird und dadurch die Muskel- und Knochendichte abnimmt. Die Patienten verlieren stark an Gewicht. Im fortgeschrittenen Stadium muss der Erkrankte fast rund um die Uhr mit Sauerstoff beatmet werden. Eine Lungentransplantation kommt nur für wenige infrage.

Zu den Begleitkrankheiten gehören u. a. Herzrhythmusstörungen, Ödeme, Depressionen, Diabetes, Osteoporose, Harninkontinenz, erhöhte Herzinfarktgefahr und eine verkürzte Lebenserwartung.

COPD gehört aufgrund seiner Verbreitung zu den Volkskrankheiten. Dabei kann man sich einfach schützen: Wer auf Zigaretten verzichtet, wird wahrscheinlich nie COPD bekommen und raubt sich nicht selbst den letzten Atem. *bg*

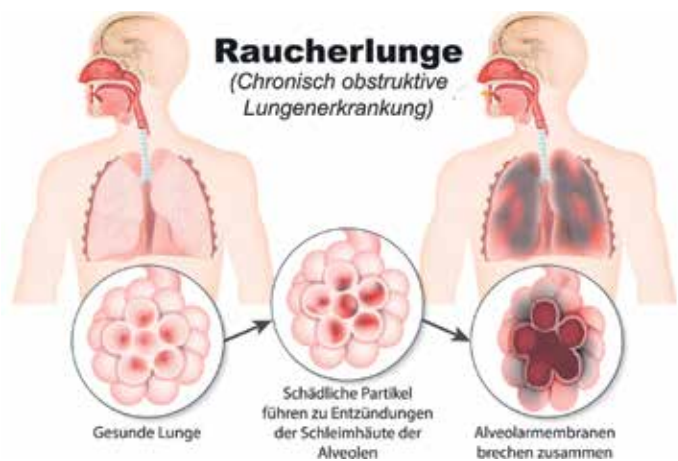


Foto: bilderzweg/fotolia

Die chronisch obstruktive Bronchitis und das Lungenemphysem werden heute als COPD bezeichnet.

So entsteht die COPD

- Durch das ständige Einatmen von Schadstoffen entzündet sich die Bronchialschleimhaut, die Flimmerhärchen können den Schleim immer weniger abführen, morgens wird er abgehustet.
- Die angeschwollene Schleimhaut produziert verstärkt Schleim, es kommt zum Dauerhusten.
- Später bildet sich die Schleimhaut zurück, die Bronchialmuskeln verkrampfen und die Atemwege sind dauerhaft verengt, sodass Atemnot und pfeifende Geräusche beim Atmen entstehen.
- Durch die verengte Atmung bleibt Restluft beim Ausatmen in der Lunge und die Lungenbläschen (Alveolen) werden überdehnt und zerstört. Dadurch entsteht ein Lungenemphysem, der Sauerstoffgehalt im Blut nimmt ab.
- Durch den Überdruck in der Lunge verdickt sich die rechte Herzkammer, auch Cor Pulmonale genannt. Dadurch entstehen Ödeme, besonders in den Beinen sowie Atemnot und Herzinsuffizienz. Es besteht die Gefahr des plötzlichen Herztodes.

Symptome der COPD

Im Anfangsstadium:

- morgendliches Abhusten von Schleim, der sich über Nacht angesammelt hat,
- hartnäckiger Husten, auch im Sommer,
- zunehmende Atemnot, zuerst bei körperlicher Bewegung, später auch im Ruhezustand.

Bei Fortschreiten:

- anfallartiges Engegefühl in der Brust mit Panikattacken,
- pfeifende Geräusche beim Atmen durch die eingengten Atemwege,
- starker Gewichtsverlust, da der Körper durch die Husterei erschöpft wird.



Foto: nandyphotos/fotolia

Wenn einem schnell „die Puste ausgeht“, kann das ein Anzeichen von COPD sein.