

Datum / Nummer : Samstag, 02. Juni 2018
Zeitung / Zeitschrift : BM – Bergische Morgenpost
Platzierung : Lokalausgabe Remscheid
Größe/Auflage : 17 Tsd.
Thema : Interview Dr. Esser/Prof Sievers



Sport und Bewegung lindern Lungenleiden

INTERVIEW Sana-Klinikum startet Patientenseminar. Prof. Dr. Burkhard Sievers und Dr. Heinz-Wilhelm Esser informieren.

Von Frank Michalczak

Zu einem Patientenseminar rund um Lungenkrankheiten lädt das Sana-Klinikum am Dienstag, 5. Juni, ein. Wer möchte, kann sich ab 18 Uhr über Asthma und COPD informieren und das Modell einer begehbaren Lunge erkunden. Chefarzt Prof. Dr. Burkhard Sievers und Dr. Heinz-Wilhelm Esser, Oberarzt und Sektionsleiter der Abteilung Pneumologie, wollen die Besucher praxisnah informieren – und Patienten Mut machen. Denn Sport und Bewegung tragen dazu bei, das Leiden zu lindern. Die Überschrift lautet „Wenn die Luft knapp ist: Alles rund um die Lunge“.

Was erwartet die Besucher denn bei dem Praxisseminar?

Prof. Sievers: Nach einem kurzen Impulsvortrag können die Besucher die begehbare Lunge erkunden und dem Ärzteteam individuelle Fragen stellen. Gerade Lungenkrankheiten ziehen einen hohen Beratungsbedarf nach sich. Die begehbare Lunge ist ein Modell, das Kliniken für Informationsveranstaltungen anfordern können. Das Organ wird für Interessenten begreifbar.

Wodurch können die Krankheiten denn gelindert werden?

Prof. Sievers: Wir ermutigen die Patienten zu Sport und Bewegung – unter Anleitung. Nach Rücksprache mit dem Arzt kommen dabei leichtes Joggen oder auch Walken in Frage, Einheiten von vielleicht 15 Minuten. Ausdauersport hilft.

Dr. Esser: Leider gibt es deutschlandweit lediglich 500 Lungensportgruppen. Da müsste es viel mehr Angebote geben. Eine Studie hat übrigens etwas sehr Interessantes ergeben: Dabei wurden die COPD-Erkrankten in zwei Gruppen aufgeteilt. Die einen bekamen eine Inhalationstherapie plus Sport, die anderen nur Sport. Dabei stellte sich heraus, dass der Krankheitsverlauf mit der richtigen Inhalationstherapie und Sport deutlich verlangsamt werden kann. Und das ist es, was wir wollen. Sie werden auch über Vorbeugung sprechen. Wie lassen sich denn COPD oder Asthma verhindern?

PRESSESPIEGEL 2018

Datum / Nummer : Samstag, 02. Juni 2018
Zeitung / Zeitschrift : BM – Bergische Morgenpost
Platzierung : Lokalausgabe Remscheid
Größe/Auflage : 17 Tsd.
Thema : Interview Dr. Esser/Prof Sievers



Prof. Sievers: Eindeutige Hauptursache bei COPD ist das Rauchen. 90 bis 95 Prozent der Betroffenen sind oder waren Raucher. Also: Am besten mit dem Rauchen aufhören. Bei Asthma unterscheiden wir grundsätzlich zwei Formen. Die eine ist zumeist verbunden mit einer Allergie – zum Beispiel im Frühling, wenn die Pollen fliegen. Die andere Asthma-Form ist die Folge eines Infekts, der chronisch geworden ist.

Doch nicht jeder Raucher muss doch an einem Lungenleiden erkranken.

Dr. Esser: Bei Rauchern ist jeder Siebte über 40 Jahre von COPD betroffen, bei Über-70-Jährigen ist es jeder Fünfte. Das Anfangsstadium von COPD bekommen die Patienten zunächst gar nicht mit. In Stufe zwei bemerken sie aber schon, dass es schwierig wird, die zweite oder dritte Etage über eine Treppe zu erreichen, weil ihnen die Luft wegbleibt.

Prof. Sievers: Doch das ist für Raucher ja nicht das einzige Risiko. Die Gefahr, an Lungenkrebs zu erkranken oder Herzinfarkte zu erleiden, ist deutlich höher als bei Nichtrauchern. Und oftmals kommt es zu Mehrfacherkrankungen, die im Zusammenhang mit COPD stehen – zum Beispiel Herzleiden.

Wie viele Besucher können denn kommen? Müssen sie Eintritt bezahlen?

Prof. Sievers: Nein, wir verlangen keinen Eintritt. Und Platz haben wir im Forum Ovale im Sana-Klinikum genug. Wir hatten hier schon Fachtagungen mit 300, 400 Teilnehmern. Wir werden die Besucher in Gruppen einteilen und ihnen so die Gelegenheit geben, dem gesamten Leitungsteam Fragen stellen zu können. Es dürften ganz unterschiedliche Menschen zu uns kommen – Betroffene mit Sauerstoffgerät ebenso wie Angehörige, die etwas über das Leiden ihres Großvaters wissen möchten.

Dr. Esser: Und wer möchte, kann mehr über das Thema im Internet, auf der Homepage des Sana-Klinikums, erfahren. Prof. Sievers und ich haben ein Filmchen gedreht, in dem wir uns über die Krankheiten und Behandlungsmöglichkeiten austauschen und auch über die größten Irrtümer informieren. Das ist recht unterhaltsam geworden.

2

Datum / Nummer : Samstag, 02. Juni 2018
 Zeitung / Zeitschrift : BM – Bergische Morgenpost
 Platzierung : Lokalausgabe Remscheid
 Größe/Auflage : 17 Tsd.
 Thema : Interview Dr. Esser/Prof Sievers

Sport und Bewegung lindern Lungenleiden

INTERVIEW Sana-Klinikum startet Patientenseminar. Prof. Dr. Burkhard Sievers und Dr. Heinz-Wilhelm Esser informieren.

Von Frank Michalczak

Zu einem Patientenseminar rund um Lungenkrankheiten lädt das Sana-Klinikum am Dienstag, 5. Juni, ein. Wer möchte, kann sich ab 18 Uhr über Asthma und COPD informieren und das Modell einer begehren Lunge erkunden. Chefarzt Prof. Dr. Burkhard Sievers und Dr. Heinz-Wilhelm Esser, Oberarzt und Sektionsleiter der Abteilung Pneumologie, wollen die Besucher praxisnah informieren – und Patienten Mut machen. Denn Sport und Bewegung tragen dazu bei, das Leiden zu lindern. Die Überschrift lautet „Wenn

die Luft knapp ist: Alles rund um die Lunge“.

Was erwartet die Besucher denn bei dem Praxisseminar?

Prof. Sievers: Nach einem kurzen Impulsvortrag können die Besucher die begehren Lunge erkunden und dem Arztteam individuelle Fragen stellen. Gerade Lungenkrankheiten ziehen einen hohen Beratungsbedarf nach sich. Die begehren Lunge ist ein Modell, das Kliniken für Informationsveranstaltungen anfordern können. Das Organ wird für Interessenten greifbar.

Wodurch können die Krankheiten denn gelindert werden?

Prof. Sievers: Wir ermutigen die Patienten zu Sport und Bewegung – unter Anleitung. Nach Rücksprache mit dem Arzt kommen dabei leichtes Joggen oder auch Walken in Frage, Einheiten von vielleicht 15 Minuten. Ausdauersport hilft.

Dr. Esser: Leider gibt es deutschlandweit lediglich 500 Lungensportgruppen. Da müsste es viel mehr Angebote geben. Eine Studie hat übrigens etwas sehr Interessantes ergeben: Dabei wurden die COPD-Erkrankten in zwei Gruppen

aufgeteilt. Die einen bekamen eine Inhalationstherapie plus Sport, die anderen nur Sport. Dabei stellte sich heraus, dass der Krankheitsverlauf mit der richtigen Inhalationstherapie und Sport deutlich verlangsamt werden kann. Und das ist es, was wir wollen.

Sie werden auch über Vorbeugung sprechen. Wie lassen sich denn COPD oder Asthma verhindern?

Prof. Sievers: Eindeutige Hauptursache bei COPD ist das Rauchen. 90 bis 95 Prozent der Betroffenen sind oder waren Raucher. Also: Am besten mit dem Rauchen aufhören. Bei Asthma unterscheiden wir grundsätzlich zwei Formen. Die eine ist zumeist verbunden mit einer Allergie – zum Beispiel im Frühling, wenn die Pollen fliegen. Die andere Asthma-Form ist die Folge eines Infekts, der chronisch geworden ist.

Doch nicht jeder Raucher muss doch an einem Lungenleiden erkranken.

Dr. Esser: Bei Rauchern ist jeder Siebte über 40 Jahre von COPD betroffen, bei Über-70-Jährigen ist es jeder Fünfte. Das Anfangsstadium von COPD bekommen die Patienten zunächst gar nicht mit. In Stufe zwei bemerken sie aber schon, dass es schwierig wird, die zweite oder dritte Etage über eine Treppe zu erreichen, weil ihnen die Luft wegbleibt.

Prof. Sievers: Doch das ist für

Raucher ja nicht das einzige Risiko. Die Gefahr, an Lungenkrebs zu erkranken oder Herzinfarkte zu erleiden, ist deutlich höher als bei Nichtrauchern. Und oftmals kommt es zu Mehrfacherkrankungen, die im Zusammenhang mit COPD stehen – zum Beispiel Herzleiden.

Wie viele Besucher können denn kommen? Müssen sie Eintritt bezahlen?

Prof. Sievers: Nein, wir verlangen keinen Eintritt. Und Platz haben wir im Forum Ovale im Sana-Klinikum genug. Wir hatten hier schon Fachtagungen mit 300, 400 Teilnehmern. Wir werden die Besucher in Gruppen einteilen und ihnen so die Gelegenheit geben, dem gesamten Leitungsteam Fragen stellen zu können. Es dürfen ganz unterschiedliche Menschen zu uns kommen – Betroffene mit Sauerstoffgerät ebenso wie Angehörige, die etwas über das Leiden ihres Großvaters wissen möchten.

Dr. Esser: Und wer möchte, kann mehr über das Thema im Internet, auf der Homepage des Sana-Klinikums, erfahren. Prof. Sievers und ich haben ein Filmchen gedreht, in dem wir uns über die Krankheiten und Behandlungsmöglichkeiten austauschen und auch über die größten Irrtümer informieren. Das ist recht unterhaltsam geworden.



Dr. Heinz-Wilhelm Esser (links) und Prof. Dr. Burkhard Sievers bieten vielfältige Informationen rund um das Thema Lungenkrankheiten.
 Foto: Barbara Skondras