

Merkblatt für Angehörige von Menschen mit chronisch obstruktiver Lungenerkrankung, COPD

Eine COPD betrifft nicht nur die Menschen, die an ihr erkrankt sind. Familie, Freunde und Bekannte erleben, wie sich der Alltag für Menschen mit COPD verändert, und natürlich wird auch ihr eigenes Leben davon beeinflusst.

Woran lässt sich eine COPD erkennen?

Die ersten Signale und Symptome einer COPD werden relativ selten als Zeichen einer ernstesten Erkrankung erkannt. Das liegt meist daran, dass eine beginnende COPD das alltägliche Leben kaum beeinträchtigt.

Typische Symptome sind:

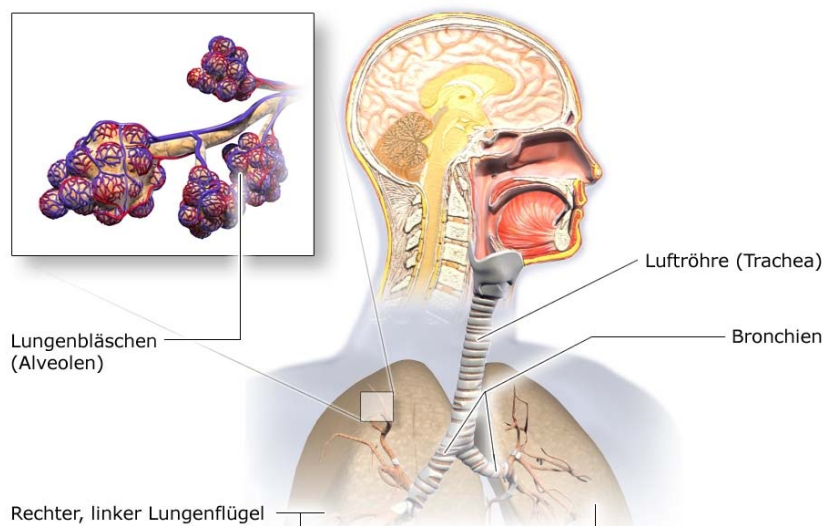
- täglicher Husten über eine längere Zeit,
- Abhusten von Schleim (Auswurf, medizinisch: Sputum),
- Atemnot bei körperlicher Belastung,
- Geräusche beim Atmen wie Pfeifen, Brummen,
- häufige Erkältungen oder Grippe.

Husten ist gewöhnlich das erste Anzeichen einer COPD. Viele Menschen gewöhnen sich jedoch an ihren Husten. Insbesondere Menschen, die rauchen, beurteilen ihn immer wieder als vermeintlich harmlosen „Raucherhusten“.

Bei Atemnot, Atemlosigkeit und Kurzatmigkeit haben manche Menschen das Gefühl, sie müssten mit Kraft ausatmen, oder sie fühlen eine Enge im Hals. Es kann sein, dass das Ausatmen pfeifende oder brummende Geräusche macht. Stärkere Atemnot kann dazu führen, dass körperliche Anstrengungen wie Treppensteigen oder längere Spaziergänge gemieden werden.

Solche Anzeichen deuten auf eine COPD hin. Husten und Atemnot können aber auch Symptome anderer Erkrankungen wie beispielsweise Asthma oder Lungenkrebs sein. Deshalb sollte ein Arzt klären, ob wirklich eine COPD vorliegt.

Gesunde Atemwege:



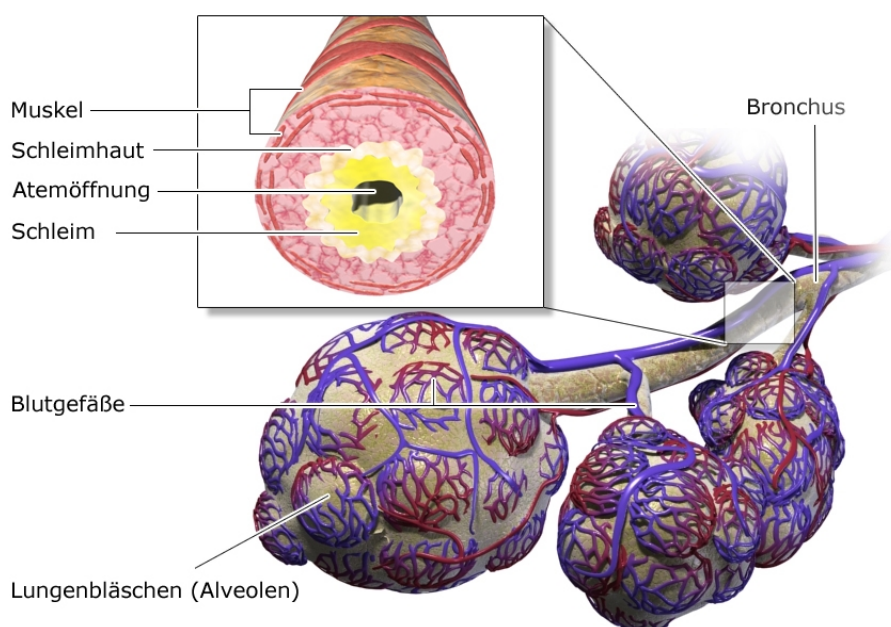
Was ist eine COPD?

Bei einer COPD ist die Lunge dauerhaft geschädigt und die Atemwege sind ständig verengt. Dadurch fällt das Atmen schwerer.

Bei Menschen mit COPD liegt eine chronische Entzündung der Bronchien (chronische Bronchitis) vor oder eine Schädigung der Lungenbläschen (Emphysem). Häufig tritt beides gleichzeitig auf.

Chronisch entzündete Bronchien schwellen an und lassen weniger Luft durch. Die Entzündung macht sich oft durch anhaltenden Husten und Verschleimung bemerkbar.

Sind kleine Bläschen in der Lunge zerstört, kann das Blut nicht mehr so gut neuen Sauerstoff aufnehmen. Kohlendioxid, das Abfallprodukt unserer Atmung, kann den Körper schlechter verlassen.



Wie verläuft eine COPD?

Beschwerden wie Husten und Atemnot nehmen gewöhnlich mit der Dauer der Erkrankung zu. Alltägliche Dinge wie Waschen und Anziehen sowie Essen werden immer schwerer. Unter Umständen sind Menschen mit COPD dann auf die Hilfe Anderer angewiesen. Bei Menschen mit fortgeschrittener COPD kann es vorkommen, dass sie ihren Beruf nicht mehr ausüben können.

Eine fortgeschrittene COPD kann sogar tödlich sein. Wie schnell eine COPD fortschreitet, ist aber von Mensch zu Mensch verschieden und kaum vorhersagbar.

Es gehört zum Krankheitsbild, dass Menschen mit COPD von Zeit zu Zeit Atemnotanfälle durchmachen, in denen sich Beschwerden und die Lungenfunktion plötzlich und deutlich verschlechtern. Diese Krankheitsschübe werden Exazerbationen genannt. Sie können für alle sehr beängstigend sein.

Ein einmal entstandener Schaden an der Lunge bildet sich nicht mehr zurück. Ziel der Behandlung der COPD ist es deshalb, weiteren Schaden so weit wie möglich zu begrenzen, zum Beispiel, indem schädigende Reize für die Lunge wie Rauch, schädliche Gase oder Staub gemieden werden und die Behandlung konsequent eingehalten wird. Außerdem sollen Beschwerden gelindert werden.

Was kommt auf Angehörige zu?

Eine COPD betrifft nicht nur die Menschen, die an ihr erkrankt sind. Familie, Freunde und Bekannte erleben, wie sich der Alltag für Menschen mit COPD verändert, und natürlich wird auch ihr eigenes Leben davon beeinflusst.

Es ist nicht immer leicht, mit der veränderten Situation umzugehen. Wer Menschen mit COPD betreut, kann dies phasenweise regelrecht als Last empfinden oder das Gefühl haben, von Anderen nicht genug unterstützt zu werden.

Es können ganz neue Situationen auftreten, für die Lösungen gefunden werden müssen. Zum Beispiel kann es nötig werden, in eine Wohnung mit Lift umzuziehen.

Menschen mit COPD gewinnen oft Kraft und Lebenswillen durch die Beziehung zur Familie und Freunden. Die meisten haben das Gefühl, dass ihre besondere Situation von ihrer Familie und ihren Freunden verstanden wird. Sie wünschen sich, dass ihre Hilflosigkeit während eines Atemnotanfalls von anderen ernst genommen wird, und sie schätzen emotionale Unterstützung.

Was bedeutet Pflege für Angehörige?

Das Leben von pflegenden Angehörigen ändert sich durch die Pflege – vielleicht anfangs nur wenig, mit fortschreitender Erkrankung dann immer mehr. Die Erkrankung kann sogar zum Mittelpunkt des eigenen Lebens werden, und manche geben fast ebenso viele Dinge auf wie Menschen mit COPD. Aus diesem Grund kann es wichtig sein, seine eigenen Grenzen der Belastbarkeit kennen zu lernen und zu akzeptieren.

Die Betreuung eines Menschen ist insbesondere bei schwerer COPD zeitintensiv und anstrengend. Kontakte zu Freunden können deshalb vielleicht nur schwer aufrechterhalten werden. Auch andere persönliche Belange müssen unter Umständen zurückstehen. Zum Beispiel müssen eigene Unternehmungen oder Urlaub sorgfältig geplant werden, und gegebenenfalls muss eine Pflegekraft als Vertretung organisiert werden. Gewöhnlich bestimmt der aktuelle Erkrankungszustand den Alltag und ob Unternehmungen überhaupt möglich sind. Dadurch fühlen sich einige Angehörige eingeengt. Manchmal fühlen sie sich auch genauso einsam wie Menschen mit COPD, oder sie empfinden ihr Leben als langweilig. Die neue Situation kann aber auch die gegenseitige Beziehung stärken.

Es ist möglich, dass Menschen mit fortgeschrittener COPD stark abnehmen. In diesem Fall kann es auch zur Pflegeaufgabe gehören, darauf zu achten, dass ausreichend gegessen wird. Ein starker Gewichtsverlust verschlechtert den Erkrankungszustand.

Gibt es Unterstützung bei der Pflege?

Wenn Menschen mit COPD den Alltag nicht mehr ohne Hilfe meistern können, besteht für sie die Möglichkeit, manche Unterstützungsleistungen zur Pflege zu beantragen. Dies kann mit Hilfe des behandelnden Arztes, der Pflegekasse oder auch des Sozialamts geschehen. Ein Gutachter wird dann vor Ort prüfen, ob und wie viel Hilfe die Person mit COPD benötigt. Stellt der Gutachter einen Pflegebedarf fest, kann Unterstützung etwa in Form von Pflegegeld, durch einen Pflegedienst oder auch in einer Kombination aus beidem beansprucht werden.