

COPD

Die heimtückische
Lungenkrankheit.

COPD-Risikotest



LUNGENLIGA

Was ist COPD?

COPD ist eine nicht heilbare Lungenkrankheit mit den Symptomen Auswurf, Husten und Atemnot. COPD engt langsam fortschreitend die Atemwege ein. Sie entwickelt sich schleichend und oft unbemerkt über Jahre hinweg.

Ursachen von COPD

COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease oder chronisch obstruktive Lungenkrankheit) wird in rund 90 Prozent aller Fälle durch Rauchen verursacht. Weitere Ursachen sind eine starke Belastung mit Schadstoffen (Luftverschmutzungen etc.) oder Vererbung.

Symptome: Auswurf, Husten, Atemnot

Die drei Symptome werden auch als AHA-Symptome bezeichnet. Diese machen sich in der Regel zwischen dem 40. und 55. Altersjahr bemerkbar.

Auswurf

COPD erhöht die Schleimproduktion in den Lungen. Zudem sind oft die Flimmerhärchen der Luftwege zerstört. Es kommt zu Husten mit Auswurf.

Husten

Meist husten Betroffene in einem frühen Stadium am Morgen. Dieser Husten ist schleimlösend und stört nicht weiter, weshalb er kaum negativ wahrgenommen wird.

Atemnot

Durch den Schleim in den Bronchien werden die Atemwege verengt, es entsteht ein Gefühl, als ob man durch einen Strohhalm atmen würde. Anfangs taucht die Atemnot nur bei grösseren Anstrengungen auf, allmählich bei immer geringeren Belastungen – bis hin zu Atemnot im Ruhezustand.

Behandlung und Prävention

COPD ist nicht heilbar. Es ist aber möglich, den Krankheitsverlauf abzuschwächen und die Beschwerden zu lindern. Wichtig sind folgende Massnahmen:

- Rauchstopp
- Medikamente
- Regelmässiges Ausdauertraining
- Impfungen
- Sauerstoff-Heimtherapie (bei fortgeschrittener Krankheit)

Bereits 400 000 Menschen in der Schweiz leiden an COPD.

Da COPD meistens durch Rauchen verursacht und verstärkt wird, ist ein Rauchstopp sowohl präventiv als auch bei diagnostizierter Krankheit die wirksamste Massnahme.

COPD-Risikotest

Der COPD-Risikotest gibt einen ersten Aufschluss darüber, wie gross Ihr Risiko ist, an COPD zu erkranken, oder ob Sie bereits krank sind. Bei den Fragen bzw. der Auswertung des Risikotests wird berücksichtigt, dass sich die Symptome einer COPD schleichend entwickeln. Bereits bei einem geringen Risiko sollten Sie deshalb weitere ärztliche Abklärungen vornehmen.

Beantworten Sie folgende Fragen und zählen Sie die Punkte zusammen:

1. Rauchen Sie oder haben Sie geraucht?	<input type="checkbox"/> ja (5 Punkte)	<input type="checkbox"/> nein (0 Punkte)
2. Husten Sie häufig, auch wenn Sie keine Erkältung haben?	<input type="checkbox"/> ja (5 Punkte)	<input type="checkbox"/> nein (0 Punkte)
3. Haben Sie beim morgendlichen Husten einen Auswurf?	<input type="checkbox"/> ja (5 Punkte)	<input type="checkbox"/> nein (0 Punkte)
4. Leiden Sie an Atemnot, besonders bei körperlicher Belastung (z.B. Treppensteigen, schnelleres Gehen)?	<input type="checkbox"/> ja (2 Punkte)	<input type="checkbox"/> nein (0 Punkte)
5. Haben Sie eine pfeifende Atmung?	<input type="checkbox"/> ja (2 Punkte)	<input type="checkbox"/> nein (0 Punkte)
6. Sind Sie älter als 45 Jahre?	<input type="checkbox"/> ja (2 Punkte)	<input type="checkbox"/> nein (0 Punkte)
7. Wurde bei Ihnen Asthma diagnostiziert?	<input type="checkbox"/> ja (2 Punkte)	<input type="checkbox"/> nein (0 Punkte)
Total	_____	_____

Ihr Testergebnis

0 Punkte

Sie gehören nicht zur COPD-Risikogruppe.

2 – 4 Punkte

Ihr COPD-Risiko ist gering. Sind Sie auf Grund allfälliger Symptome trotzdem beunruhigt, fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

5 – 12 Punkte

Fragen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt bei der nächsten Untersuchung, ob eine weitere Abklärung des COPD-Risikos notwendig ist.

13 – 23 Punkte

Es besteht das Risiko, dass Sie an COPD erkrankt sind. Vereinbaren Sie einen Arzttermin und lassen Sie sich untersuchen.

Dieses Testergebnis ist aus Ihren Antworten zu den Fragen des COPD-Risikotests zustande gekommen. Das Testergebnis ist keine Diagnose und ersetzt keinesfalls eine Untersuchung durch eine Ärztin oder einen Arzt.

➔ Weitere Informationen
Mehr Details über COPD sowie die
Möglichkeit, kostenlos eine ausführliche
Broschüre zu bestellen, finden Sie auf
www.copd-test.ch

Mit Unterstützung von:



Lungenliga Schweiz
Südbahnhofstrasse 14c
Postfach
3000 Bern 14
Tel. 031 378 20 50
Fax 031 378 20 51
info@lung.ch
www.lungenliga.ch