

«Es ist der patientenzentrierte Ansatz, die Haltung hinter dem Programm»

Professorin Dr. med. Claudia Steurer-Stey, Fachärztin für Lungenkrankheiten und Innere Medizin aus Zürich erklärt im Interview, welche Inhalte beim COPD-Coaching «Besser leben mit COPD» behandelt werden und wovon Patienten profitieren.



Claudia Steurer-Stey ist Lungenfachärztin aus Zürich.

Was beinhaltet das Betreuungsangebot «Besser leben mit COPD»?

Rein formal enthält es sechs Module in einer Gruppe von acht bis zwölf Patienten mit COPD unterschiedlichen Schweregrades. Zusätzlich zu den Gruppenmodulen erhält jeder Patient zwei bis drei individuelle Sitzungen und telefonische proaktive Kontakte nach Abschluss des Programms.

Ein zentrales Dokument ist der für jeden Teilnehmenden individuell zugeschnittene COPD-Aktionsplan zum rechtzeitigen Erkennen und richtigen Handeln bei einer Verschlechterung. Betroffene werden befähigt, den Aktionsplan korrekt umzusetzen und so ein sicheres und erfolgreiches Selbstmanagement-Verhalten bei einer Verschlechterung zu erlangen. Erwiesenermassen können so Notfallkonsulta-

tionen und Spitalaufenthalte vermieden werden.

Was macht dieses Angebot so speziell?

Es ist der Ansatz, die Haltung hinter dem Programm. Es vermittelt nicht nur krankheitsspezifisches Wissen, sondern stellt die Erfahrungen, Erwartungen, Wahrnehmungen und Ängste sowie den Austausch unter den COPD-Betroffenen in den Mittelpunkt. Das Ziel ist, die Zuversicht und Motivation zu steigern, um gesundheitsförderndes Verhalten im täglichen Umgang mit der Erkrankung umsetzen zu können. Dadurch können die Symptome und Komplikationen sowie die physischen und psychischen Konsequenzen besser gemeistert werden. Zusätzlich werden die Patienten nach dem Programm regelmässig und proaktiv kontaktiert und dabei unterstützt, das Gelernte zu festigen, beziehungsweise Probleme damit zu erkennen und zu lösen.

Was sind Gründe, dass sich COPD-Patienten nicht immer an alle Punkte der Behandlung halten?

Es ist eine grosse und tägliche Herausforderung mit einer chronischen, also nicht heilbaren, sondern fortschreitenden Krankheit zu leben. Ungenügendes Wissen über die Krankheit, den Verlauf

«Besser leben mit COPD»

- Modul 1 – COPD: Ursachen und Auswirkungen
- Modul 2 – Medikamente und Aktionsplan: Anwendung und Umsetzung
- Modul 3 – Atemtechniken: Gewusst wie
- Modul 4 – Alltagsplanung: So meistere ich meinen Alltag
- Modul 5 – Körperliche Bewegung: Mit kleinen Schritten zum Ziel
- Modul 6 – Ernährung, Rauchen und Psyche: Chancen und Risiken

Anmeldung und weitere Informationen: www.lungenliga.ch/copdcoaching



Im COPD-Coaching werden Patienten zu Experten.

und die Therapie, Akzeptanzprobleme, Verdrängung, Angst, Resignation und Überforderung sind häufige Ursachen für mangelnde Therapietreue.

Welche Rolle nehmen die Angehörigen in der Behandlung und Betreuung ein?

Das persönliche und soziale Umfeld ist eine wichtige Unterstützung und Ressource. Denn es geht darum, Wissen, aber vor allem auch die Fertigkeiten und Strategien zu erwerben, die es ermöglichen, besser mit den Symptomen wie zum Beispiel Atemnot umzugehen, Komplikationen zu verhindern und Autonomie sowie eine gute Lebensqualität möglichst lange aufrechtzuerhalten.

Wenn Sie einem COPD-Patienten drei relevante Punkte in Kurzform mitgeben könnten, was wären diese?

- Werden Sie und Ihre Angehörigen informierte, kompetente und aktive Partner im Krankheitsmanagement.
- Bleiben Sie trotz COPD körperlich aktiv und lassen Sie sich, falls sie noch rauchen, beim Rauchstopp helfen und begleiten.
- Die eigenen Symptome und ihre Variabilität zu kennen und rechtzeitig und richtig auf eine Verschlechterung reagieren zu lernen, hilft Ihnen, dem Spital fernzu bleiben.

Wovon profitieren die Patienten?

- Besserer Umgang mit Atemnot, Husten und Auswurf
- Besseres Krankheitsverständnis
- Mehr Sicherheit, Energie, Autonomie und Lebensqualität im Alltag