Selbsthilfegruppen

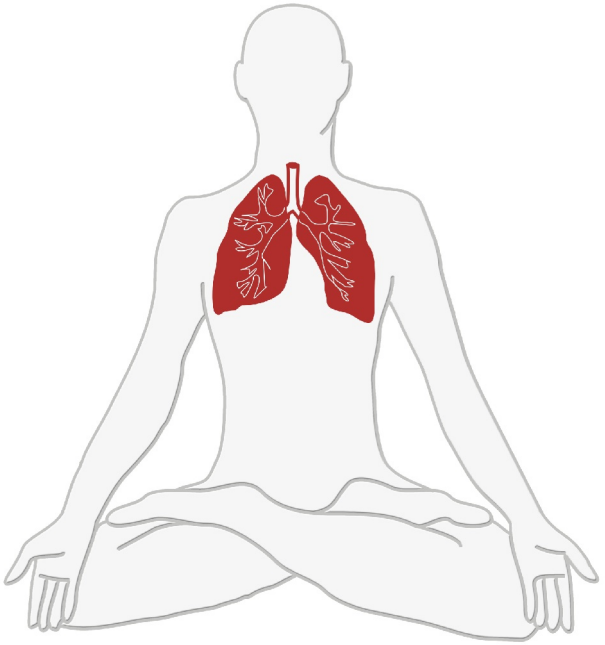
COPD & Lunge e.V.
Selbsthilfegruppen

Wurde bei Ihnen eine COPD, ein Lungenemphysem, Fibrose oder ein Alpha-1-Antitrypsin-Mangel diagnostiziert?

Unterziehen Sie sich einer Sauerstoff-Langzeittherapie?

Liegt bei Ihnen die seltene Erkrankung Phrenikusparese vor?

Es gibt viele Formen der Hilfe, die Sie dabei unterstützen, mit ihrer Krankheit zu leben, die Selbsthilfegruppe ist eine davon.



Wir in der StädteRegion Aachen

Aachen - City jeden 1. Freitag alle 2 Monate 17:00 Uhr
Luisenhospital * Boxgraben 99 * 52064 Aachen

Simmerath jeden 3. Samstag alle 2 Monate 15:00 Uhr
Eifelklinik St. Brigida
Kammerbruchstraße 8 * 52152 Simmerath

Würselen jeden 1. Samstag im Monat um 14:30 Uhr
Seniorenhaus Serafine
Helleter Feldchen 51 * 52146 Würselen - Broichweiden

Würselen
Angehörigengruppe nach telefonischer Absprache
Medizinisches Zentrum StädteRegion Aachen
Mauerfeldchen 25 * 52146 Würselen

Heidi Witt
Tel.: 02405-475255
eMail: h.witt@copdundlunge.de

Wolfgang Ramsteiner
Tel.: 0241-6084981
eMail: w.ramsteiner@copdundlunge.de

www.copdundlunge.de

Fakten mit COPD

COPD ist ein Oberbegriff,
der unterschiedliche Formen der Lungenschädigung umfasst

- die chronisch obstruktive Bronchitis
- das Emphysem
- die chronische Bronchitis mit asthmatischer Komponente

Das anfangs auftretende Symptom der COPD ist

- Auswurf
- Husten oft auch als Raucherhusten bezeichnet
- Atemnot vor allem bei Belastung

Die Hauptursache der COPD ist das Rauchen

Einatmen von Schadstoffen z. B. Feinstaub und anderen Umweltfaktoren

Die COPD ist eine fortschreitende Erkrankung, was bedeutet, dass die Beschwerden mit der Zeit zunehmen.

Mit dem richtigen Behandlungsprogramm können jedoch viele Betroffene Wege finden, um das Fortschreiten der COPD zu verlangsamen.

Aktiv für die Gesundheit

Wenn Sie Raucher sind und eine COPD haben ist das Aufgeben des Rauchens das Wichtigste

Bleiben Sie körperlich aktiv

Gehen Sie regelmässig zum Arzt

Besuchen Sie eine Lungensportgruppe

Nehmen Sie an Patientenschulungen teil

Achten Sie auf Ihre Ernährung

Trinken Sie ausreichend

Impfungen gegen Grippe- und Pneumokkoken

Lernen Sie ihre Medikamente richtig anzuwenden

Lernen Sie die Atemnot zu beherrschen

Lernen Sie mit Exazerbationen (akute Verschlimmerungen), umzugehen

Vermeiden Sie Stress und Aufregung

Achten Sie auf die Handhygiene

Nehmen Sie Hilfe an

