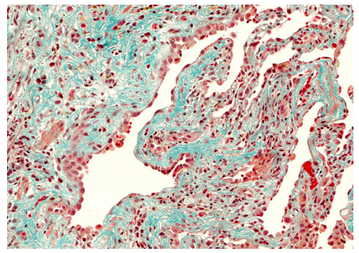
Unterschätzt, aber tödlich: Warum der Morgenhusten das Leben bedroht

Die chronisch-obstruktive Lungenerkrankung COPD ist unheilbar – und kaum bekannt. Einer Umfrage zufolge kennen 86 Prozent der Befragten die Krankheit gar nicht, dabei ist sie die dritthäufigste Todesursache weltweit. Zu wenige Betroffene lassen sich behandeln und gehen damit ein hohes Risiko ein.



Gewebeschnitt durch den fibrotischen Bereich einer menschlichen Lunge.

Viele Raucher kennen das: Morgens klingelt der Wecker, man geht ins Badezimmer und schon meldet sich der Husten – gefolgt von zähem Auswurf. Dieser sogenannte „Raucherhusten“ wird oft verharmlost, kann aber auf eine gefährliche Krankheit, nämlich COPD („chronic obstructive pulmonary disease“), hindeuten. Dabei handelt es sich um eine sogenannte chronisch-obstruktive Lungenerkrankung, bei der sich die Atemwege zunehmend verengen. Schätzungsweise 15 Prozent der Deutschen über 40 Jahren und knapp 30 Prozent der über 70-jährigen sind davon betroffen. Nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation WHO ist COPD sogar die dritthäufigste Todesursache weltweit.

Etwa 80 Prozent aller Betroffenen sind Raucher. Auch Luftverschmutzung und schädliche Stäube am Arbeitsplatz gehören zu den Risikofaktoren. Bei den Betroffenen kommt es zu einem fortschreitenden Verlust der Lungenstruktur, insbesondere der Lungenbläschen. Zum Husten gesellt sich auch Atemnot, die anfangs nur bei körperlicher Belastung auftritt, etwa beim Treppensteigen oder Fahrradfahren. Später können die Betroffenen auch im Ruhezustand unter Kurzatmigkeit leiden. Viele verspüren ein Engegefühl in der Brust und vielfach sind Geräusche beim Ausatmen zu hören. Ohne Behandlung schreitet COPD immer weiter fort. Am Ende kann die Erkrankung sogar lebensbedrohlich werden.

Nur 60 Prozent der COPD-Patienten sind in medizinischer Betreuung

Obwohl so viele Menschen in Deutschland von COPD betroffen sind, ist die Krankheit weitgehend unbekannt. Laut einer Forsa-Umfrage aus dem Jahr 2011 konnten 86 Prozent der Befragten nichts mit der Buchstabenkombination COPD anfangen. Und selbst diejenigen, die um ihre Erkrankung wissen, unterschätzen die Gefahr. Rund 40 Prozent von ihnen lassen sich nicht behandeln, sondern ignorieren die Symptome. Das geht aus einer weltweiten Online-Befragung von 2.000 COPD-Patienten hervor, deren Ergebnisse 2013 im Fachjournal „BMC Pulmonary Medicine“ erschienen sind.

Die Betroffenen verspielen damit wichtige Chancen. Zwar ist eine Heilung von COPD nicht möglich, allerdings lässt sich das Fortschreiten der Krankheit deutlich verringern. Darauf will auch der Welttag COPD aufmerksam machen, der seit 2002 von der Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Diseases (GOLD) organisiert wird. Zu den Kooperationspartnern gehören Mediziner, Gesundheitsorganisationen sowie Patientenvereinigungen aus über 50 Ländern. In diesem Jahr fand der Welttag am 19.11. unter dem Motto „Es ist nicht zu spät“ statt. Im Mittelpunkt stand die Aufklärung über wirksame Therapien, zu denen spezielle Atemtechniken und körperliches Training gehören.

Der beste Rat für Betroffene: Nichtraucher werden und zum Arzt gehen

Projekten wie der GOLD-Initiative ist es zu verdanken, dass sich das Verständnis der Erkrankung in den vergangenen Jahren verbessert hat. Auch in Deutschland gibt es Anstrengungen, COPD weiter zu erforschen und die Öffentlichkeit für das Thema zu sensibilisieren. Hier sind etwa das Kompetenznetz Asthma / COPD oder das Comprehensive Pneumology Center in München zu nennen. Allerdings sind die Möglichkeiten bei Weitem noch nicht ausgeschöpft, da für zahlreiche gute Forschungsansätze oftmals das Geld fehlt. Daher suchen wir laufend Spender und Sponsoren, welche die Erforschung von Lungenkrankheiten unterstützen möchten. Ein vielversprechendes Förderprojekt unserer Stiftung befasst sich beispielsweise mit dem Wiederaufbau des zerstörten Lungengewebes bei COPD.

Nur mit vereinten Kräften ist es möglich, sich der Krankheit entgegenzustellen. Auch Betroffene können eine ganze Menge tun: Sie sollten unbedingt mit dem Rauchen aufhören und rechtzeitig zum Facharzt gehen. So können sie erreichen, dass auf den Morgenhusten nicht noch Schlimmeres folgt.

Das Rauchen aufzugeben lohnt sich immer.

*Je freier man **atmet**,*
*desto mehr **lebt** man.*

– Theodor Fontane–
deutscher Schriftsteller

Fotos

© Stiftung AtemWeg
© Erol Gurian, 2014
Lizenzfreie Bilder

AtemWeg
Stiftung zur Erforschung von Lungenkrankheiten

AtemPause

Newsletter / Ausgabe 5 / Winter 2014

AtemWeg
Stiftung zur Erforschung von Lungenkrankheiten

Inhalt

- Editorial
- FAKTEN-Spender Kampagne
- Gefährliche Lungenfibrose – Diese Krankheit ist noch tödlicher als Krebs
- Die Stiftung AtemWeg auf dem Hallo München Gesundheitstag
- Unterschätzt, aber tödlich: Warum der Morgenhusten das Leben bedroht

Aktuelle Informationen zu unseren Projekten finden Sie auf unserer Homepage: **www.stiftung-atemweg.de**

Besuchen Sie uns auch auf Facebook: **www.facebook.com/StiftungAtemWeg**

Newsletter

Sie sind umgezogen, möchten uns weiterempfehlen oder den Newsletter abbestellen. Schreiben Sie uns: **info@atemweg-stiftung.de**

Kontakt

AtemWeg – Stiftung zur Erforschung von Lungenkrankheiten

Max-Lebsche-Platz 31
81377 München

Telefon 089 / 3187-2196

Unser Spendenkonto

Stiftung AtemWeg
Münchner Bank

IBAN: DE37 7019 0000 0000 6500 64
BIC: GENODEF1M01

Editorial

Liebe AtemWeg-Freundinnen und Freunde,

stimmig zur Jahreszeit ist, nach den intensiven Projekten in den vergangen Monaten, ein wenig Ruhe in die Stiftung AtemWeg eingekehrt.

Nehmen auch Sie sich eine AtemPause, lehnen Sie sich zurück und lesen Sie über unsere Präventionskampagne, bei der wir mehr als 2.000 Lungenfunktionstests durchführen konnten und viele tausend Bürgerinnen und Bürger über Lungenerkrankungen aufgeklärt haben. Die HALLO München Gesundheitsmesse bot uns eine weitere Gelegenheit kostenlose Lungenfunktionsprüfungen anzubieten und mit Betroffenen und Angehörigen ins Gespräch zu kommen.

Sehr ans Herz legen wir Ihnen auch die aktuellen Kolumnen unserer Experten, Prof. Dr. Jürgen Behr und Prof. Dr. Oliver Eickelberg. Sie beleuchten diesmal die Themen Lungenfibrose und COPD.

Wir beschließen das Jahr mit einem kleinen Jubiläum und freuen uns, dass unser Newsletter mit dieser Ausgabe seinen ersten Geburtstag feiert! Wir hoffen Ihnen mit diesem kostenlosen Informationsblatt einen interessanten Service zu bieten. Für Anregungen haben wir immer ein offenes Ohr.

Nicht zuletzt möchten wir an dieser Stelle jeder und jedem Einzelnen von Ihnen danken. Herzlichen Dank für Ihre Spenden, Ihr Engagement und Ihre positiven Rückmeldungen. Ohne Sie gäbe es uns nicht!

Wir wünschen Ihnen fröhliche Weihnachten und alles erdenklich Gute für das Jahr 2015!

Ihre Stiftung AtemWeg

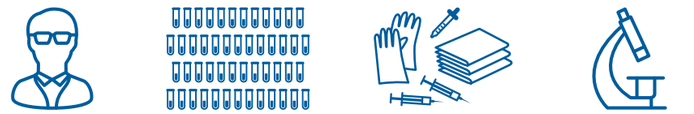
Medizinische Forschung ist teuer

aber bereits mit einer Spende von **25 Euro** helfen Sie mit, dass wir einen Tag lang einem Lungenforscher die einfachen Labormaterialien wie Einmalpipetten oder sterile Plastikgefäße bezahlen können.

Für **250 Euro** können wir Materialien zur Verfügung stellen, mit denen im Labor Bioproben von 50 Patienten aufgereinigt werden können.

Für **2.500 Euro** können wir unseren Forschern im Labor die Verbrauchsmaterialien zur Bestimmung von Biomarkern für Lungenerkrankungen aus dem Probenmaterial von 20 Patienten finanzieren.

Für **25.000** Euro können wir dem Lungenforschungszentrum ein Gerät beschaffen, mit dem die Wissenschaftler feststellen können, welche Gene bei Lungenerkrankungen eine Rolle spielen.



1 Tag	50 Bioproben	Verbrauchs-materialien	Forschungs-gerät
25 €	250 €	2.500 €	25.000 €

Helfen Sie mit Ihrer Spende. Für:

Mehr Aufmerksamkeit > mehr Prävention > mehr Forschen > mehr Heilen

FAKTEN-Spender Kampagne

Mit dem Ende des weltgrößten Lungenkongresses, übergab dessen Vorsitzender das Staffelholz an Münchens zweiten Bürgermeister. Denn, der Geist des ERS (European Respiratory Society)-Kongresses sollte nicht einfach enden. Damit fiel der Starschuss für die FAKTEN-Spender Kampagne, einer Präventionskampagne der Stiftung AtemWeg.

So fuhren ab Mitte September täglich zwei Präventions-Mobile belebte Plätze in München an. Dort konnten die Bürgerinnen und Bürger kostenfrei ihre Lungenfunktion testen. Der Lungenfunktionstest ermittelt, wie viel Luft in die Lungen eingeatmet und wieder ausgeatmet wird. Mehr als 2.000 Menschen haben die Gelegenheit dankbar genutzt und so schmerzfrei, schnell und sicher erfahren, wie es um ihre Lungengesundheit steht. *„Einen derartigen Ansturm haben wir uns kaum zu wünschen erhofft“,* sagt Kerstin von Aretin, Leiterin der Geschäftsstelle der Stiftung AtemWeg.

Prof. Dr. Oliver Eickelberg (links), Chairman des ERS Kongresses, übergibt das Staffelholz an Josef Schmid (rechts), Münchens zweiten Bürgermeister. © Erol Gurian, 2014

Die Ergebnisse der Lungenfunktionsprüfungen sowie die Informationen aus dem begleitenden Fragebogen zu allgemeinen Verhaltensweisen und Vorerkrankungen fließen in eine große Forschungsstudie ein. Sie soll helfen die Ursachen von Lungenerkrankungen besser zu verstehen, eine schnellere Diagnose ermöglichen sowie die Behandlung der Patienten verbessern.

Die FAKTEN-Spender Kampagne erfreute sich auch prominenter Unterstützung. So setzte sich neben Münchens Oberbürgermeister auch die Bayerische Staatsministerin für Gesundheit und Pflege, Monika Huml, persönlich für das Projekt ein. Auch der Extrembergsteiger Alexander Huber, die Schauspielerinnen Lisa Martinek und Michaela May, die Rockband Münchener Freiheit, die Moderatorin Nina Ruge und Starkoch Alfons Schuhbeck zeigten für uns ihr Gesicht. Die Vision der Unterstützer war klar: Lungen-Prävention auf die Straße zu den Menschen bringen und für Münchens Bürger die Gelegenheit schaffen sich selbst und der Forschung wichtige FAKTEN zu spenden.

Ziel erreicht!

Es herrschte großes Interesse der Bevölkerung an den kostenlosen Lungenfunktionstests die an belebten Orten in der Münchener Innenstadt angeboten wurden.

Gefährliche Lungenfibrose – Diese Krankheit ist noch tödlicher als Krebs

Eine Lungenfibrose ist besonders heimtückisch: Durch die Krankheit bildet die Lunge vermehrt Bindegewebe, das Organ versteift und kann den Körper nicht mehr mit Sauerstoff versorgen. Die Ursachen sind noch nicht erforscht. Es fehlt an Geld.

Wer hat als Kind nicht gern Seifenblasen in den Himmel gepustet? Auch Erwachsenen macht das Spaß und normalerweise dauert es nur ein paar Sekunden, um die schillernden Kugeln aufsteigen zu lassen. Einmal ausatmen genügt. Doch was vielen einfach erscheint, ist für Menschen mit einer Lungenfibrose ein Problem. Sie müssen sich richtig anstrengen, um eine Seifenblasen zu erzeugen. Das Atmen fällt ihnen schwer. Oft leiden sie auch unter Reizhusten und ihre Belastbarkeit lässt nach.

Ärzte erkennen die Krankheit nur schwer

Denn: In ihrer Lunge hat sich vermehrt Bindegewebe gebildet. Das Organ versteift zunehmend und kann den Körper immer weniger mit genug Sauerstoff versorgen. Diese Krankheitsform heißt Idiopathische Pulmonale Fibrose, kurz: IPF. Die Betroffenen sind in der Regel um die 65 Jahre alt. Die Hälfte von ihnen stirbt drei Jahre nach Diagnosestellung.

Europaweit geht man von 35.000 neuen Fällen pro Jahr aus – Tendenz steigend. Man weiß, dass Rauchen, schädlicher Staub und eine familiäre Veranlagung das Risiko erhöhen. Davon abgesehen, sind die Ursachen aber unklar. Selbst vielen Ärzten ist diese Krankheit nicht bewusst, so dass bei der Diagnosestellung oft wertvolle Zeit verstreicht.

Gefährlicher als Leukämie, aber weitaus unbekannter

Die Medizin hat dieser Krankheit bislang kaum etwas entgegenzusetzen. Das liegt auch daran, dass die IPF in der Öffentlichkeit kaum bekannt ist. Dabei verläuft sie tödlicher als viele Krebsformen. Ein britischer Lungenfacharzt hat seiner Hilflosigkeit jüngst auf der Nachrichtenseite BBC News Luft gemacht. *„Bekommt Krebs zu viel Aufmerksamkeit?“,* fragt Toby Maher provokant in seinem Artikel.

Er rechnet vor, dass die Lungenkrankheit jedes Jahr in Großbritannien mehr Menschen tötet als Leukämie. Dennoch sei die Versorgung der IPF-Patienten wesentlich schlechter und es stünde nur ein Bruchteil an Forschungsgeldern zur Verfügung. Manche seiner Patienten, schreibt er, wünschten sich, sie hätten lieber Krebs. Auch in Deutschland findet die IPF weit weniger Beachtung als Leukämie.

Kaum Forschung im Bereich der Lungenheilkunde

Ein Beispiel: Die Deutsche Forschungsgemeinschaft (DFG) ist hierzulande die wichtigste Einrichtung zur Förderung der Wissenschaft. Für die Erforschung der Leukämie bewilligte sie für das Jahr 2012 rund 15 Millionen Euro. Für das Jahr 2013 waren es sogar rund 16 Millionen Euro. Deutlich weniger Mittel flossen jedoch für die Erforschung der IPF: Für das Jahr 2012 bewilligte die DFG rund 400.000 Euro, für das Jahr 2013 lediglich rund 300.000 Euro. Vermutlich wurden auch weitaus weniger Anträge für die Erforschung der IPF gestellt: Denn an den deutschen Universitäten gibt es für das Fachgebiet Pneumologie vergleichsweise wenige Professuren und Fachkliniken.

Es muss etwas passieren

Jeder Bürger kann einen kleinen Beitrag leisten, indem er eine neue Europäische IPF-Patientencharta unterzeichnet **(www.selbsthilfe-lot.at/medien/divers/2014-05-08/EU%20IPF%20CHARTA.pdf)**. Diese unterstreicht unter anderem das Recht aller Patienten auf eine frühe Diagnose, eine umfassende Aufklärung und die beste Therapie. Außerdem fordert sie einen besseren Zugang zu palliativmedizinischer Betreuung.

Die Stiftung AtemWeg möchte das Thema Lungenerkrankungen im Allgemeinen stärker in den Fokus rücken. Mit der sogenannten FAKTEN-Spender Kampagne haben große medizinische Fachkliniken der Stadt gemeinsam mit der Stiftung AtemWeg alle Bürger aufgerufen, sich aktiv für eine Stärkung von Ursachenforschung, Diagnose und Therapie zu engagieren.

Es geht um das kraftvolle Atmen – und Seifenblasen sind dafür ein schönes Symbol.

So spielend leicht sollte Atmen sein.

Die Stiftung AtemWeg auf dem HALLO München Gesundheitstag

Eine Gesundheitsmesse die ganz im Zeichen von Gesundheit, Fitness und Prävention steht – da müssen wir hin! Gesagt, getan und so war die Stiftung AtemWeg mit von der Partie beim „HALLO München Gesundheitstag“. Viele hundert Besucher kamen am Sonntag, den 19. Oktober 2014, bei strahlendem Sonnenschein in die Alte Kongresshalle München. Zwei Kolleginnen der LMU-Kliniken führten für die Stiftung AtemWeg 157 kostenlose Lungenfunktionstests durch und informierten die Besucherinnen und Besucher über Lungenerkrankungen und Lungenprävention.

v. L.: Christina Mihm und Marlen Wenzel, Mitarbeiterinnen der Pneumologie des Klinikums der Universität München am Campus Großhadern, führten auf der Gesundheitsmesse fachmännisch die Lungenfunktionstests für die Stiftung AtemWeg durch.