

COPD

Soll ich an einer Schulung teilnehmen?

Die Diagnose COPD wird Sie für die Zukunft begleiten. Es lohnt sich, ihre Ursachen und Auswirkungen gründlich zu verstehen. Denn die Erkrankung verändert den Alltag. Wer sie wirksam behandeln möchte, muss neue Dinge lernen: zum Beispiel, wie man hilfreiche Medikamente richtig inhaliert oder wie man sich im Notfall verhält. In einer Schulung können Sie das und vieles mehr erfahren und praktisch üben.

Was ist eine Patientenschulung?

Eine Patientenschulung ist eine praxisorientierte Hilfe zur Selbsthilfe, die sich speziell an Menschen mit COPD richtet. Sie soll Ihnen helfen, den Alltag mit der Erkrankung selbstständig zu meistern. Auch wichtige Bezugspersonen können auf Wunsch daran teilnehmen. Sie umfasst in der Regel etwa 6 Stunden, die auch auf mehrere Tage verteilt sein können.

Ihnen stehen Fachleute aus unterschiedlichen Gesundheitsberufen zur Seite. Angeboten werden Schulungen im Rahmen eines Versorgungsprogramms für COPD (kurz: DMP COPD). Wenn Sie an einem solchen Programm teilnehmen, übernimmt Ihre Krankenkasse die Kosten. Falls nicht, fragen Sie Ihre Krankenkasse, ob sie die Kosten übernimmt. Patientenschulungen sind auch fester Bestandteil einer COPD-Rehabilitation.

Was lerne ich in einer Schulung?

Die Schulung vermittelt Ihnen Wissen und, ganz wichtig, praktische Kenntnisse:

- Wie kann ich selbst die Behandlung unterstützen?
- Wie geht es mit dem Rauchen weiter? Muss ich wirklich darauf verzichten?
- Welche Rolle spielt körperliche Aktivität?
- Wie inhaliere ich die Medikamente richtig?
- Was kann ich tun, um plötzliche Verschlechterungen zu erkennen und zu vermeiden?
- Wie verhalte ich mich im Notfall und was ist ein Notfallplan?



© Photographee.eu - stock.adobe.com

Studien zeigen: Schulungen vermitteln nicht nur Wissen und Fähigkeiten. Wer an einer Schulung teilnimmt, hat seltener eine plötzliche Verschlechterung und muss seltener wegen der COPD ins Krankenhaus.

Wie oft besuche ich eine Schulung?

Es ist ganz normal, erlernte Dinge nach einer Weile auch wieder zu vergessen. Deshalb empfehlen Fachleute, dass Sie Ihre Kenntnisse und Fertigkeiten immer wieder mal auffrischen: etwa wenn sich Ihre Behandlung verändert oder plötzliche Verschlechterungen eingetreten sind. Sprechen Sie Ihren Arzt oder Ihre Ärztin an, ob und wann eine erneute Teilnahme sinnvoll ist.

Woran erkenne ich eine gute Schulung?

Bei einer guten Schulung stehen die praktischen Fertigkeiten im Vordergrund. Das Schulungspersonal, das Sie betreut, ist dafür eigens ausgebildet. Die Gruppengröße sollte dabei auf etwa 10 Teilnehmende beschränkt sein. Gute Schulungsprogramme sind durch das Bundesamt für Soziale Sicherung (BAS) zertifiziert. Fragen Sie in der Arztpraxis nach. Dort kann man Ihnen helfen, ein passendes Angebot zu finden.

Informationen finden Sie auch auf den Seiten der Deutschen Atemwegsliga:

www.atemwegsliga.de/patientenschulungen.html

Empfehlung: Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt eine COPD-Schulung vermitteln. Besprechen Sie gemeinsam in regelmäßigen Abständen, ob für Sie eine Nachschulung sinnvoll ist.