

Onkologie

*Mein Experte für: Ventilimplantation*

**Dr. med. Ralf Harun Zwick**

Facharzt für Innere Medizin und für Lungenkrankheiten, Diplom Sportmedizin, Ärztlicher Leiter Ambulante Pneumologische Rehabilitation, Therme Wien Med

*Mein Experte für: Ernährung, Sport und Bewegung*

Wertvolle medizinische Informationen zur Erkrankung entnahm ich dem sehr empfehlenswerten Patientenratgeber „Gut leben mit COPD“ von **Dr. med. Peter Hannemann**, Facharzt für Innere Medizin, Lungen- und Bronchialheilkunde, Chefarzt der Klinik für Pneumologie und Beatmungsmedizin am AKH Celle.

# WAS IST COPD? DIE WICHTIGSTEN FAKTEN

## Diagnose: COPD

Wo fängt man am besten an, wenn man zum Thema COPD schreiben will? Wohl mit

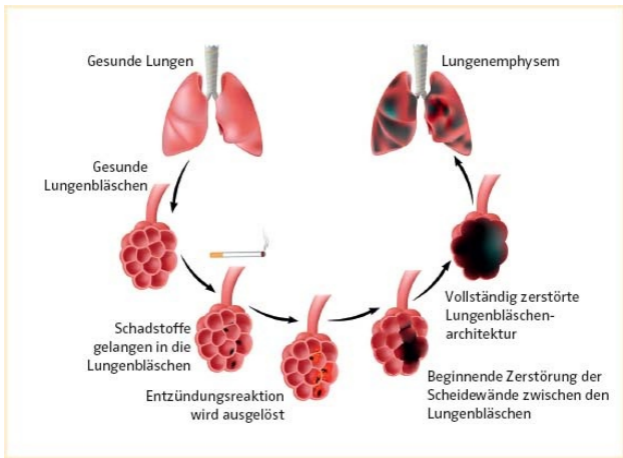
der eigenen Diagnose. Also: Ich war selbstständig, ziemlich viel im Einsatz, trieb wenig bis gar keinen Sport, rauchte viel – und begann Schwierigkeiten mit der Luft zu bekommen. Da sagte mir mein Lungenarzt, ich hätte COPD im Stadium GOLD 2. Das war im Jahr 2000. Meine Reaktion: „Ist halt so, wird schon nicht so schlimm sein.“ Und das, obwohl mein Vater mit einer schweren Lungenkrankheit kämpfte. Aber sollte ich dasselbe haben? Nein, ich doch nicht! Auf keinen Fall!

Was tat ich? Nichts. Selbst als ich merkte, dass ich beim Treppensteigen nicht mehr mithalten konnte – und das war ein Problem, denn als moderner Firmenchef muss man ja nicht nur fachlich top sein, sondern auch mindestens einen Marathon laufen können.

Ursprünglich bin ich übrigens Bildhauer und arbeite seit 1982 in diesem Beruf.

Atemschutz war damals kein Thema und für Brillenträger wie mich gab es keine passenden Masken, also machte man seine unten auf – auch nicht so toll. Ich war daher jahrelang Holz- und Steinstaub ausgesetzt, die besten Voraussetzungen für eine Lungenkrankheit.

Einen gehörigen Knacks bekam meine Gesundheit dann mit einem großen Schicksalsschlag rund 13 Jahre nach der ersten Diagnose. Meine Firma erlitt Schiffbruch und mein Privatleben und alles, was dazugehörte, gleich mit. Plötzlich bekam ich keine Luft mehr, ich keuchte nach 100 Metern. Diagnose: COPD im 3. Grad. Mit dem ärztlichen Hinweis: „Wenn Sie nicht sofort mit dem Rauchen aufhören, brauchen Sie demnächst Sauerstoff und dann sind Sie komplett im Abseits.“



Eine COPD ist u. a. gekennzeichnet durch verengte Atemwege und zerstörte Scheidewände zwischen den Lungenbläschen.

## Was ist COPD?

Bevor ich erzähle, wie es bei mir weiterging, versorge ich Sie erst einmal mit ein paar Fakten über COPD.

Die Abkürzung COPD steht für „Chronic