



# Interstitielle Lungenerkrankung

## Patienten mit Interstitieller Lungenerkrankung (Lungenfibrose)

Interstitielle Lungenerkrankungen manifestieren sich oft sehr schleichend im Lebensalltag der betroffenen Patienten. Es findet sich typischerweise eine grosse Diskrepanz zwischen Symptomarmut oder gar Symptomfreiheit in Ruhe und deutlich spürbaren Beschwerden mit Atemnot und Leistungseinschränkung bereits bei geringster Belastung. Dies kann dazu führen, dass Anstrengungen von Patienten vermieden werden, was durch Abnahme der Muskelkraft zu vermehrten Atemnotbeschwerden führt. Dieser Teufelskreislauf kann durch gezielte Rehabilitationsmassnahmen durchbrochen werden.

### **Vorteil einer stationären Rehabilitation**

- Zu Beginn detaillierte Standortbestimmung mit klinischer Untersuchung, Laboruntersuchung, Lungenfunktionsprüfung, Belastungsuntersuchungen, Elektrokardiographie und physiotherapeutischer Befundaufnahme
- Erstellung eines individualisierten Rehabilitationsprogrammes
- Gezielte Evaluation des Sauerstoffbedarfs in unterschiedlichsten Situationen und Einsatz modernster Sauerstoffsysteme (wie z.B. HiFlow Stroller) und Sauerstoffabgabeformen (wie z.B. Oxymizer), um ein Training mit gesunden Sauerstoffwerten zu ermöglichen
- Individuell zugeschnittene Atemtherapie mit dem Ziel der Belüftung der Lunge, Optimierung der Atemtechnik und Aufbau der Atemmuskulatur
- Durch speziell geschulte Therapeuten supervidiertes Kraft- und Ausdauertraining zum Ausbau der Leistungsfähigkeit
- Bei Bedarf werden (je nach Ernährungssituation) die Ernährungsberaterinnen beigezogen, um eine bedarfsdeckende Ernährung sicherzustellen
- Erarbeitung von Bewältigungsstrategien (Angst/Atemnot)
- Vor Abschluss der Rehabilitation erneute umfassende Standortbestimmung mit Lungenfunktionsprüfung
- Erstellung eines Trainingsprogrammes für die Zeit nach der stationären Rehabilitation (Erhalt der gewonnenen Fortschritte)