

## Sylter Nachrichten

# Viele Gefahren für ein wichtiges Organ

Beim Lungentag 2018 in der Nordseeklinik ging es um dicke Luft, guten Schlaf und das Leben nach einer Transplantation

Von Bettina Dethloff

**WESTERLAND** „Dicke Luft, Gefahr für die Lunge“, so lautete die Überschrift für den Deutschen Lungentag 2018. In der Asklepios Nordseeklinik gab es zu diesem Thema am Sonnabend einen Aktionstag mit verschiedenen Informationsständen, Mitmachangeboten und Vorträgen.

Zum Thema „Dicke Luft“ begann Oberarzt Michael Kohl seinen Vortrag mit der Smog-Katastrophe 1952 in London, als die englische Großstadt innerhalb eines Tages im Ruß versank, mit tödlichem Ausgang für tausende Menschen. Nebel und Schwefeldioxid waren die Verursacher.

„Heute steht Schwefeldioxid dank technischen Verbesserungen nicht mehr im Vordergrund der Probleme“, erklärte der Mediziner. „Neben weiteren Schadstoffen wie Kohlenmonoxid und Benzol steht an erster Stelle der Feinstaub, winzige Schwebstoffe,

die sich in der Atemluft verteilen. Als Hauptverursacher stehen Industrie, Straßenverkehr und die Landwirtschaft, denn bei der Verwendung von Gülle entweicht Ammoniak in die Atmosphäre, wo der Ammoniak durch eine Reaktion mit anderen Stoffen Feinstaub bildet.“ Auch innerhalb der eigenen vier Wände atmen Menschen die gesundheitschädlichen Minipartikel ein, zum Beispiel durch Drucker und Kopierer. „Schwerwiegenere Auswirkungen hat das bei bereits lungenerkrankten Patienten“, erklärte Dr. Peter Fleimisch, Chefarzt für pneumologische Rehabilitation.

### Kortison, das Teufelszeug?

So ging es im nächsten Vortrag auch um die Behandlung von Lunge und Bronchien: „Kortison, das Teufelszeug?“ Obwohl der Arzneistoff heute sehr individuell eingesetzt

und dosiert werde, sei es immer noch ein negatives Schlagwort, so Dr. Fleimisch. „Das Kortison aus den Asthma-Sprays entfaltet seine Wirkung hauptsächlich in den Atemwegen, daher muss der Patient sich nicht vor relevanten Nebenwirkungen fürchten. Es lässt die Bronchialschleimhäute anschwellen und mindert Entzündungen und allergische Reaktionen.“

Wer unter allergischem Asthma leidet, ist häufig auch von Neurodermitis und ähnlichen Hauterkrankungen betroffen. „Auch hier ist die Kortisonbehandlung oft das Mittel der Wahl“, erklärte Dr. Hanka Lantzsch, Leiterin der Dermatologie in der Nordseeklinik. „Meistens behandeln wir Juckreiz und Entzündungen lokal, also in Form von Salben. „Und zwar nach dem Motto: Kurzfristig klotzen, mittelfristig kleckern und langfristig knausern. Nach einer kurzen, intensiven Kortison-Therapie wird die Behandlung, wenn



Die Referenten des Lungentags 2018 in der Asklepios Nordseeklinik: Dr. Peter Fleimisch, Michael Kohl, Diana Friedrich, Dr. Hanka Lantzsch und Gunda Hese (v.l.n.r.)  
FOTO: DETHLOFF

möglich, auf eine kortisonfreie Basistherapie umgestellt.“

Am Nachmittag referierte Oberärztin Diana Friedrich bezüglich des Themas „Wie schlafe ich gut?“. Sie gab wertvolle Tipps zur Schlafhygiene, vom Raumklima bis zu störenden Lichtquellen. „Schlafstörungen sind weit verbreitet

und können ganz unterschiedliche Ursachen haben, leider auch krankhafte. Dazu gehören die Schlafapnoe, welche in der Nacht zu zahlreichen Atemaussetzern führt oder auch Ein- und Durchschlafstörungen verschiedenster Ursache, oft in Begleitung mit anderen Lungenerkrankungen.“

Wie es sich mit einer kranken Lunge lebt, wusste Gunda Hese aus eigener Erfahrung zu berichten. Die 38-jährige bekam vor sieben Jahren eine Lunge transplantiert und erzählte von ihrem Leben vor und nach der Transplantation. Mit ihrer fröhlichen Art zog sie die Zuhörer in ihren Bann, und wohl jeder im Raume freute sich mit ihr, dass ihren zwei Kindern die Mama nicht genommen wurde.

Wer hier nun noch auf das Thema Rauchen wartet, wird nicht enttäuscht. Manch einer fürchtet sich während der Raucherentwöhnung vor einer Gewichtszunahme. Wie man dies mit einigen Tricks umgehen kann, konnte der Ernährungsberater Marcus Weeber anschaulich und äußerst unterhaltsam erklären.

Fazit eines Rehapatienten: „Das war eine gelungene Veranstaltung. Nicht nur für uns Lungenkranke, sondern auch für diejenigen, die es nicht werden wollen.“