

LUNGEN SPORT



den
Menschen
zuliebe

3. Ausschlusskriterien

- Symptomatische KHK
- Dekompensierte Herzinsuffizienz
- Hämodynamisch wirksame Rhythmusstörungen
- Unzureichend eingestellte arterielle Hypertonie
- Respiratorische Globalinsuffizienz
- Bedeutsame respiratorische Partialinsuffizienz (pO₂ unter 50 mmHg bzw. arterielle Sauerstoffsättigung unter 80 %) in Ruhe.
- Hochgradige Osteoporose
- Lungenfunktionseinschränkung: FEV₁ unter 50% des Sollwertes.
- Nicht kontrolliertes Asthma bronchiale
- Extremes Übergewicht

Auskunft und Anmeldung

Veranstaltungsort:

Physiotherapie an der Lungenklinik Lostau

Unsere Räume befinden sich im Neubau der Lungenklinik Lostau im ebenerdigen Bereich mit Zugang über den Haupteingang.

Weiterführende Informationen:

Tel.: 039222-81236

Fax.: 039222-81260

E-Mail: dzphysio@lungenklinik-lostau.de

Lungenklinik Lostau gGmbH

Dr. med. H. Jost Achenbach

Ärztlicher Direktor

Klinik für Pneumologie, Allergologie, Schlaf- und Beatmungsmedizin und thorakale Onkologie

Lindenstraße 2

39291 Lostau

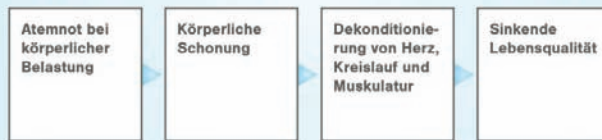
Tel.: 039222-81200



Lungensportgruppe

in Zusammenarbeit mit dem Verein für orthopädischen Rehabilitationssport Sachsen-Anhalt e.V.

Gefahren der Belastungsdyspnoe bei obstruktiven Atemwegserkrankungen



Wissenswertes für Patienten:

Ihre Vorteile:

Sie erhalten zu Ihrer medikamentösen Therapie ein ergänzendes Angebot, das Ihnen hilft, Ihre Belastbarkeit und Belastungsdauer zu steigern sowie Lebensqualität zurück zu gewinnen. In einer Gruppe Gleichbetroffener erfahren Sie, dass Sie mehr können, als Sie bisher zu können glaubten.

Patienten mit Asthma bronchiale und mit chronisch obstruktiver Bronchitis mit oder ohne Lungenemphysem (COPD) benötigen eine ganz spezielle Sport- und Bewegungstherapie,

- die sich ihrer Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit anpasst,
- die nicht überfordert, sondern ermutigt weiter zu machen,
- die das Gemeinschaftsgefühl in der Gruppe fördert und obendrein noch Spaß macht.

Viele Mitglieder von Lungensportgruppen, die schon viele Wochen oder Monate mitmachen, berichten, dass

- sie beim Treppensteigen nicht mehr so schnaufen und auch nicht mehr so oft anhalten müssen,
- die Wege, die früher zu lang oder zu steil schienen, jetzt leichter zu bewältigen sind,
- sie beim Spazieren gehen besser mit den anderen Schritt halten können und nicht mehr so oft stehen bleiben müssen,
- sie insgesamt belastbarer sind.

Für Ärzte

1. Lungensport ist geeignet für Patienten mit

- Asthma bronchiale • chronischer Bronchitis
- Lungenemphysem • Lungenfibrose
- Zustand nach Lungenoperationen

Interessenten sollten sich vor der Teilnahme vom behandelnden Facharzt untersuchen lassen. Dieser spricht eine Empfehlung über die Teilnahme am Lungensport aus.

2. Voraussetzungen zur Teilnahme an einer Lungensportgruppe

- Mindestbelastbarkeit von 50 Watt
- FEV1% VC über 60 % des Sollwertes
- Arterieller Sauerstoffdruck über 55 mmHg unter Belastung bei 50 Watt.
- Systolischer Blutdruck unter 220 mmHg und/oder diastolischer Blutdruck unter 120 mmHg unter Belastung.
- Keine Ischämiezeichen oder bedrohliche Rhythmusstörungen während der Belastung.

Lungensport belastet nicht das ärztliche Budget! Die Verordnung KV 56 unterliegt nicht der Heilmittelverordnung.