

Therapeutischer Gruppenunterricht für AsthmapatientInnen und ihre Angehörigen

Inhalt des therapeutischen Unterrichts

- Die PatientInnen lernen
- asthmatische Symptome rasch zu erkennen
 - Auslöser zu erkennen, sie zu vermeiden oder ihnen vorzubeugen
 - was bei Asthma vor sich geht (Bronchospasma und Entzündung)
 - die Rolle der Medikamente kennen (Grundbehandlung, Notfallbehandlung)
 - den Einsatz verschiedener Hilfsmittel wie: Inhalationstechnik, Peak-Flow-Messung und -Interpretation (Agenda), Verwendung des Aktionsplans (wann ruft man wen zu Hilfe)
 - adäquate Atemtechniken bei Anfällen

Je nach Schwere der Erkrankung und ihrer Auswirkung auf das tägliche Leben fällt der Umgang der Asthmapatientinnen und -patienten mit ihrem Asthma unterschiedlich aus. Im Rahmen des therapeutischen Unterrichts gehen wir die Krankheit aus der Perspektive des Betroffenen an. Oberstes Ziel eines guten Umgangs mit Asthma und einer entsprechenden Schulung ist es, Asthmanotfälle zu vermeiden.

Asthma ist eine Langzeiterkrankung, deren Kontrolle Kenntnisse voraussetzt, die man sich durch professionelle Anleitung in Einzel- oder Gruppenunterricht aneignen kann. Die Patientinnen und Patienten lernen, was Asthma ist (theoretische und praktische Grundlagen: vgl. Kasten) und wie sie auf eine Verschlimmerung reagieren können.

Unsere Arbeit im Rahmen der Lungenliga Genf

Seit mehreren Jahren führt die Lungenliga Genf während drei Wochen interaktive Kleingruppenkurse von 1½ Stunden pro Woche durch, wobei das Unterrichtsangebot nach den Berichten der Patientinnen und Patienten strukturiert wird. Auf diese Art sind sie aktiv am Unterricht beteiligt und erfahren, was andere in ihrem Alltag erleben und wie sie damit umgehen. Der Aktionsplan Asthma (siehe www.lp-ge.ch, > Asthme > Adultes), ein Mittel zur Asthmakontrolle, bildet den roten Faden für die drei Kurseinheiten.

Unser Ziel: Lebensqualitätssteigerung durch eine optimale Kontrolle des Asthmas

Bei den Medikamenten lernen die Kursteilnehmenden zu unterscheiden zwischen jenen der Grundbehandlung und jenen, die in Notfällen angezeigt sind. Während der zweiten Kurseinheit können die Patientinnen und Patienten im Rahmen eines Workshops Inhalationstechniken trainieren. Anne-Françoise Naef, Atemphysiotherapeutin, sensibilisiert für die Atmungsfähigkeiten bei Anfällen. Anhand von Situationen der



Kurs durchgeführt im Espace Médiane, Lungenliga Genf, Genf.



Dr. Christiane Courteheuse,
Pneumologin

Asthmaverschlimmerung werden im Kurs Evaluations-, Behandlungs- und Kontrollstrategien entwickelt und in der Gruppe diskutiert. Alle Teilnehmenden erhalten am Kursende einen individuellen Aktionsplan, eine Kopie geht an den behandelnden Arzt oder die behandelnde Ärztin.