

Medienmitteilung

Emmen, 17.11.2025

Am 19. November ist Welt-COPD-Tag

COPD: Warum die Lungenkrankheit oft jahrelang unentdeckt bleibt

Weil sich COPD langsam und im Verborgenen entwickelt, ahnen viele Menschen nicht, dass sie daran leiden. Anhaltender Husten und Kurzatmigkeit sind typische Anzeichen. Je früher COPD entdeckt und behandelt wird, desto länger können Betroffene selbstbestimmt leben.

COPD steht für «Chronic Obstructive Pulmonary Disease», auf Deutsch chronisch obstruktive Lungenerkrankung. Bei dieser fortschreitenden Krankheit ist die Lunge dauerhaft geschädigt und die Atemwege verengen sich langsam, aber stetig. Atemnot, Husten und Auswurf sind die ersten Symptome.

Symptome werden verharmlost

Viele wissen nicht, dass sie COPD haben. Die Lungenkrankheit entwickelt sich über Jahre im Verborgenen. Plötzlich fehlt den Betroffenen die Luft bei körperlichen Anstrengungen wie Treppensteigen oder sie husten, vor allem am Morgen. Diese Symptome führen sie häufig auf das Altern oder auf das Rauchen zurück: «Ich werde halt älter, es ist normal, dass ich nicht mehr so fit bin.» Oder: «Es ist nur etwas Husten.» Danach meiden sie körperliche Aktivitäten und gewöhnen sich an die Beschwerden. Weil die Lunge keinen Schmerz empfindet, wird die Krankheit oft erst spät erkannt. Suchen COPD-Betroffene schliesslich wegen eines schweren Infekts ärztliche Hilfe, ist das Lungengewebe meist schon stark geschädigt.

Selbstbestimmt leben mit COPD

Die Lungenliga Zentralschweiz betreut und berät COPD-Betroffene und ihre Angehörigen. Dafür bietet sie unter anderem das Selbstmanagement-Coaching «Besser leben mit COPD» an. Das Angebot unterstützt die Teilnehmenden dabei, ihren Umgang mit der Krankheit zu verbessern und mehr Lebensqualität sowie Sicherheit im Alltag zu gewinnen.

Teilnehmer Günter Hofer: «Der Kurs bringt mir viel Wissen, worum es überhaupt geht. Davor hatte ich einfach eine Lunge, und die Luft ging rein und raus. Jetzt weiss ich, was im Körper passiert. Bei gewissen Dingen verstehe ich, warum es passiert – zum Beispiel, warum ich Atemnot bekomme. Mit dem, was ich nach dem Kurs weiss, geht es mir besser. Auch die Angst wird kleiner.»

E-Learning «Besser leben mit COPD»

Ergänzend zum Einzel- oder Gruppencoaching können COPD-Betroffene ihr Wissen online vertiefen. So werden sie ihre eigenen Expert:innen im Umgang mit COPD.

Welt-COPD-Tag am 19. November

In der Schweiz leben 400'000 Menschen mit der Diagnose COPD. Die Dunkelziffer ist hoch. Am Welt-COPD-Tag vom 19. November 2025 macht die Lungenliga daher auf diese chronische Lungenkrankheit aufmerksam. Die häufigste Ursache für COPD ist das Rauchen. Die Krankheit ist nicht heilbar. Doch je früher sie erkannt wird, desto besser lässt sie sich behandeln.

Husten Sie oft? Sind Sie über 40 Jahre alt? Fehlt Ihnen beim Treppensteigen die Luft? Dann empfiehlt sich ein Lungenfunktionstest – eine Spirometrie.

- Testen Sie Ihr COPD-Risiko: [Online-Risikotest](#) der Lungenliga
- Mehr über die [Spirometrie](#) lesen Sie auf der Website der Lungenliga.
- Lesen Sie mehr über das Selbstmanagement-Coaching [«Besser leben mit COPD»](#).

Die [Lungenliga Zentralschweiz](#) ist das Beratungs- und Behandlungszentrum rund um Lunge, Atmung, Schlaf, Basisgesundheit und Stressbewältigung. Sie berät und betreut Menschen mit Atemwegsbeschwerden und Lungenkrankheiten. Als innovative Gesundheitsorganisation setzt sie sich aktiv für die Gesundheitsförderung, gesunde Lungen und die Prävention ein. Die Lungenliga Zentralschweiz engagiert sich für mehr Lebensqualität und Früherkennung bei Gesunden und Kranken.

Kontakt für Medien:

Michelle Gerig, Kommunikationsverantwortliche Lungenliga Zentralschweiz

michelle.gerig@lungenliga-zentralschweiz.ch

041 429 31 10

Bild:

Für Menschen mit COPD kann schon Treppensteigen schwierig sein. Im Coaching zeigt die Leiterin einfache Tipps, wie sie solche Situationen im Alltag besser schaffen können.

© Lungenliga Zentralschweiz