

MEDIENMITTEILUNG

Köniz, 13. November 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 kantonalen Lungenligen betreuen und beraten COPD-Betroffene und ihre Angehörigen. Zehn Ligen bieten das Kursprogramm «Besser leben mit COPD» an. Teilnehmer Marco Winiger: «Von diesem Kurs habe ich enorm profitiert. Vorher war einfach das Atmen schwierig und ich hatte ein bisschen Lungenprobleme, aber ich wusste nicht genau, warum. Was ist diese COPD eigentlich? Was passiert da unten? Seit dem Kurs weiss ich, was die Krankheit für mich bedeutet. Ich kann meinen Zustand einschätzen und richtig reagieren. Seither muss ich viel weniger ins Spital. Etwas vom Wichtigsten war für mich, richtig atmen zu lernen. Das bewusste Atmen erleichtert mir deutlich das Leben. Dreimal in der Woche gehe ich ins Ausdauertraining und arbeite im Haushalt. Im angepassten Tempo – nicht zu wenig, nicht zu viel – das ist wichtig. Die COPD kann ich nicht rückgängig machen, aber ich versuche, die Verschlechterung hinauszuzögern. Ich habe gelernt,

mit COPD zu leben und das Beste aus der Situation zu machen. Die Lunge wird nicht besser, aber mein Lebensgefühl.» 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 – zum Beispiel mit den Lungenbläschen. 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 zu den Gruppenkursen können COPD-Betroffene ihr Wissen online vertiefen. So gewinnen sie Sicherheit im Alltag und werden ihre eigenen Expertinnen und Experten im Umgang mit COPD – so wie Marco Winiger und Günter Hofer.

Welt-COPD-Tag am 19. November

In der Schweiz leben 400 000 Menschen mit der Diagnose COPD. Die Dunkelziffer ist hoch. Deshalb macht die Lungenliga am Welt-COPD-Tag am 19. November 2025 auf die Krankheit aufmerksam. Die häufigste Ursache für COPD ist das Rauchen.

Husten Sie oft? Sind Sie über 40 Jahre alt? Fehlt Ihnen beim Treppensteigen die Luft? Dann empfiehlt sich ein Lungenfunktionstest – eine Spirometrie. Der Test ist schmerzlos und dauert nur wenige Minuten. Die Lungenliga in Ihrer Nähe berät Sie gerne.

- 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 Kursprogramm [«Besser leben mit COPD»](#) der Lungenliga.

Kontakt:

Lungenliga Schweiz
media@lung.ch

Die Lungenliga

Seit über 120 Jahren setzt sich die [Lungenliga](#) dafür ein, dass Menschen mit Lungen- und Atemwegserkrankungen möglichst selbständig und ohne Beschwerden leben können.

Die Lungenliga ist eine nationale, nicht gewinnorientierte Gesundheitsorganisation. Sie engagiert sich in der Gesundheitsförderung und Prävention, bildet Fachpersonen aus und fördert Forschungsprojekte.

Die Lungenliga begleitet über 125 000 Patientinnen und Patienten an 68 Standorten in der ganzen Schweiz. Die 15 kantonalen und regionalen Lungenligen und die Dachorganisation Lungenliga Schweiz beschäftigen insgesamt rund 750 Mitarbeitende.

Die Lungenliga Schweiz ist ZEWO-zertifiziert.