

## **Wie geht es Ihren Atemwegen?**

### **Initiative zur Früherkennung der chronischen obstruktiven Bronchitis**

Die „chronische obstruktive Bronchitis“ ist weit verbreitet. Schätzungen gehen davon aus, dass alleine in Deutschland 3-5 Millionen Menschen daran leiden. Es handelt sich um eine Atemwegserkrankung, bei der im Unterschied zu der „einfachen“ chronischen Bronchitis neben Husten und Auswurf zusätzlich eine anhaltende Verengung des Bronchialsystems besteht, die zur Atemnot führt. Dennoch wird die Krankheit von vielen auf die leichte Schulter genommen und die Symptome verkannt oder verharmlost. Viele Patienten passen ihre Lebensweise bei dem langsamen und schleichenden Verlauf der Krankheit an. Lungenfachärzte warnen, die Krankheit nicht ernst zu nehmen.

#### **Rechtzeitige Diagnose**

Die frühzeitige Diagnose der Erkrankung sowie das Einleiten einer adäquaten Therapie verbessert die Prognose der Erkrankung. Daher ist die Abklärung von Risikofaktoren und Beschwerden in einem Stadium der Krankheit, in dem die Patienten noch keine oder geringe Einschränkungen bemerken, wichtig.

#### **Initiative Früherkennung: Selbsttest**

Aus diesem Grund rief der Bundesverband der Pneumologen (Lungenfachärzte) in Kooperation mit der Universität Ulm eine Initiative zur Früherkennung COPD ins Leben. Nach ausführlicher statistischer Auswertung konnte jetzt ein einfacher, kurzer Fragebogen entwickelt werden. Anhand dieses Fragebogens kann die Wahrscheinlichkeit berechnet werden, inwieweit man von dieser chronischen Krankheit betroffen oder gefährdet ist und so die Früherkennung massiv fördern.

## Selbsttest Chronische obstruktive Bronchitis

<b>FRAGEBOGEN</b>	<b>JA</b>	<b>NEIN</b>
a) Haben Sie jemals geraucht?	a)	a)
b) Sind Sie länger als drei Jahre Nichtraucher?	b)	b)
c) Sind Sie kürzer als drei Jahre Nichtraucher?	c)	c)
d) Rauchen Sie derzeit?	d)	d)
e) Haben Sie mehr als drei Monate im Jahr Husten?	e)	e)
f) Haben Sie Auswurf an den meisten Tagen für min. drei Monate jährlich?	f)	f)
g) Meiden Sie körperliche Belastungen, weil Sie dann schlecht Luft bekommen?	g)	g)
h) Leiden Sie auch im Ruhezustand an Atembeschwerden?	h)	h)
i) Sind bei Ihnen bei jedem Infekt die Bronchien langwierig betroffen?	i)	i)
j) Leiden Sie an einer Allergie (Heuschnupfen, Hausstaub, etc.)?	j)	j)
k) Haben Sie im letzten Jahr ein Spray gegen Atembeschwerden benutzt?	k)	k)
l) Alter: _____	l)	l)

Frage	Punkte		Berechnung
	Ja	Nein	
a)	0	0	
b)	3	0	
c)	7	0	
d)	19	0	
e)	5	0	
f)	6	0	
g)	9	0	
h)	0	5	
i)	5	0	
j)	0	8	
k)	7	0	
l)	-	-	
<b>Alter: unter 35</b>	0		
<b>zwischen 35 u. 55</b>	9		
<b>ab 55</b>	17		
<b>Summe</b>			

Die Interpretation der Punktzahl finden Sie auf der umliegenden Seite.

## **Auswertung "COPD":**

### **Weniger als 42 Punkte:**

Sie haben wahrscheinlich keine chronische obstruktive Atemwegserkrankung (Raucherbronchitis etc.)

### **43 bis 49 Punkte:**

Sie haben vermutlich keine chronische obstruktive Atemwegserkrankung (Raucherbronchitis etc.). Beobachten Sie dennoch Ihren Gesundheitszustand sorgfältig, wenn Sie im Zweifel sind, suchen Sie einen Arzt Ihres Vertrauens auf.

### **50 bis 65 Punkte:**

Ab 50 Punkten besteht eine 50 %ige Wahrscheinlichkeit, dass Sie an einer chronischen obstruktiven Atemwegserkrankung (Raucherbronchitis o. ä) leiden.

Eine chronisch obstruktive Atemwegserkrankung beginnt meist schleichend. Achten Sie daher besonders auf körperliche Veränderungen. Suchen Sie, wenn nötig, einen Arzt Ihres Vertrauens auf. Oder sprechen Sie Ihren Arzt einfach beim nächsten Besuch darauf an.

### **65 Punkte oder mehr:**

Die Wahrscheinlichkeit ist hoch, dass Sie an einer chronischen obstruktiven Atemwegserkrankung leiden. Suchen Sie einen Arzt Ihres Vertrauens auf.