



# Chronisch obstruktive Lungenerkrankung (COPD)

## Maßnahmen bei einer Verschlechterung

**Eine Chronisch Obstruktive Lungenerkrankung – kurz COPD – kann durch eine fachgerechte Behandlung oft gut unter Kontrolle gebracht werden. Dazu gehört auch, auf eine Verschlechterung vorbereitet zu sein. In diesem Merkblatt finden Sie Informationen, wie Sie in einer solchen Situation richtig reagieren. Bei Fragen oder Anliegen können Sie sich jederzeit an die medizinische Beratungshotline der hkk wenden, s.u..**

### Die Ursachen einer Verschlechterung

Bei der akuten Verschlechterung einer COPD, Exazerbation genannt, sind die Beschwerden stärker als sonst. Die Situation kann sehr bedrohlich sein und ist deshalb ein Notfall. Besonders oft tritt eine Exazerbation im Winter auf, zudem gibt es Auslöser wie zum Beispiel Tabakrauch, Infektionen mit Viren und/oder Bakterien, starke Luftverschmutzung, mangelnde Sauerstoffzufuhr und Allergene wie Pollen, Schimmelpilze, Tierhaare und Hausstaubmilben.

### So kündigt sich eine COPD-Verschlechterung an

- Zunehmende Atemnot, auch in Ruhe
- Pfeifende Atemgeräusche, vermehrter Husten und zunehmender Auswurf, oft zäher als sonst und/oder gelbgrün gefärbt
- Engegefühl im Brustraum
- Schlafstörungen
- Leichtere Ermüdbarkeit
- Steigender Verbrauch von Notfall-Medikamenten wie Beta-2-Sympathomimetika mit schnellem Wirkeintritt  
Fieber

### So bereiten Sie sich auf eine Verschlechterung vor

- Achten Sie auf Anzeichen einer Verschlechterung und handeln Sie gegebenenfalls entschlossen.
- Halten Sie die Notfallmedikamente, Ihren Behandlungsplan und Ihren COPD-Pass oder Ihre COPD-App mit den ärztlichen Handlungsanweisungen stets bereit.
- Notieren Sie im Behandlungsplan neben den Namen Ihrer Medikamente die Dosierung und Häufigkeit der Anwendung sowie die Telefonnummern Ihrer Ärztinnen oder Ärzte und des ärztlichen Notdienstes.
- Stellen Sie sicher, dass Fremde Ihre Notfallmedikamente und Notfallutensilien wie einen Spacer leicht finden können.

**Rufen Sie bei starker Schläfrigkeit und/oder Verwirrtheit sofort über die Telefonnummer 112 den Notarzt.**



### So verhalten Sie sich im Notfall

- Rufen Sie sofort über die Telefonnummer 112 den Notarzt, wenn Sie den geringsten Zweifel haben, die Situation alleine beherrschen zu können.
- Nehmen Sie eine sitzende beziehungsweise atemerleichternde Position ein.
- Inhalieren Sie 1 bis 2 Hübe eines kurzwirksamen Beta-2-Sympathomimetikums und gegebenenfalls 2 Hübe eines kurz wirksamen Anticholinergikums – idealerweise mit Hilfe eines Spacers.
- Warten Sie etwa 10 Minuten. Versuchen Sie ruhig zu bleiben.
- Inhalieren Sie beide Medikamente erneut, wenn die Wirkung ausbleibt.
- Versuchen Sie davor und danach Ihre Peak-Flow-Werte zu messen, und notieren Sie diese.
- Rufen Sie Ihre Ärztin oder Ihren Arzt beziehungsweise die Notärztin oder den Notarzt über 112, wenn es Ihnen nach weiteren 15 Minuten nicht besser geht. Geben Sie dabei das Ausmaß Ihrer Notsituation an.

Der Notarzt oder die Notärztin wird Sie untersuchen, behandeln und gegebenenfalls in ein Krankenhaus einweisen. Um den Zustand besser einschätzen zu können, wird er/sie Ihnen möglicherweise Blut abnehmen und Ihre Blutgaswerte ermitteln. Je nachdem, welche Maßnahmen Sie schon selbst ergriffen haben, erhalten Sie weitere Medikamente.

Wenn Sie zu Hause weiterbehandelt werden können, sollten Sie in engem Kontakt zu Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt bleiben, bis sich Ihr Zustand wieder stabilisiert hat.

Ihr COPD-Pass oder Ihre COPD-APP sollte immer auf dem aktuellen Stand sein. So bekommt die Notärztin oder der Notarzt schnell einen Überblick über Ihre Behandlung, Ihren Peak-Flow, die Begleiterkrankungen, Unverträglichkeiten und Ihre individuelle Notfall-Medikation.

### Die Behandlung im Krankenhaus

Bleibt Ihr Zustand kritisch, wird Sie Ihre Ärztin oder Ihr Arzt beziehungsweise die Notärztin oder der Notarzt in ein Krankenhaus einweisen – vor allem, wenn Ihre Beschwerden schnell stärker werden und Sie schlecht auf die Behandlung ansprechen.

Auch Begleiterkrankungen wie eine Herz- oder Nierenschwäche oder krankhafte Knochenbrüche sowie Verdacht auf schwere Lungenentzündung und die Notwendigkeit der Einstellung auf häusliche/nichtinvasive Beatmung können eine Krankenseinweisung zur Folge haben.



#### hkk med Beratungstelefon

Unser Team aus Fachärzt\*innen, Zahnärzt\*innen, Apotheker\*innen sowie Krankenpfleger\*innen hat Antworten auf Fragen rund um Ihre Gesundheit. hkk med ist die medizinische Beratungshotline der hkk – exklusiv für unsere Kundinnen und Kunden.



**hkk med Hotline: 0800-2555 445**

**Mehr Informationen zu diesem Programm finden Sie auch online unter [hkk.de/dmp](https://www.hkk.de/dmp)**



**Persönliche Beratung:**  
hkk-Geschäftsstellen und  
-Servicepunkte. Alle Infos  
unter [hkk.de/geschaeftsstellen](https://www.hkk.de/geschaeftsstellen)



**Schnell und kompetent am  
Telefon:** hkk-Kundenberatung  
unter 0421-36550  
und 0800-2555 444



**Überall, rund um  
die Uhr:** hkk online  
auf [hkk.de](https://www.hkk.de) und  
über [info@hkk.de](mailto:info@hkk.de)



**Stand: Januar 2024**  
Aktuelle Infos finden Sie auf [hkk.de](https://www.hkk.de)