

LUNGENKREBSZENTRUM
SÜDWEST

Esslingen | Göppingen | Ludwigsburg

Kontakt

Lungenkrebszentrum Südwest

www.lungenkrebs-zentrum-suedwest.de



Patienteninformation „ Atemnot bei Lungenkrebs “

Liebe Patientin, lieber Patient, liebe An- und Zugehörige,

Atemnot, auch Luftnot genannt, kann ein häufiges und belastendes Symptom bei Lungenkrebs sowohl für den Patienten als auch für die Angehörigen sein. Sie kann dabei kontinuierlich oder als eine Atemnotattacke auftreten.

DKG  Zertifiziertes
KREBSGESELLSCHAFT Lungenkrebszentrum

Vielfältige Ursachen können diese Atemnot auslösen:

- » Einengen der Lunge und / oder der Atemwege durch den Tumor
- » Flüssigkeitsansammlungen in der Pleurahöhle (Pleuraerguss)
- » Schädigung von Nerven nach einer Lungenoperation
- » Tumortherapiebedingte Ursachen, z.B. durch Strahlen- oder Chemotherapie
- » Blutarmut, Lungenentzündung, vorbestehende Lungenerkrankungen oder Angst
- » Schmerzen

Eine bestmögliche Behandlung der Grunderkrankung, das Ausschließen behandelbarer Ursachen und eine passende symptomorientierte Therapie können die Atemnot lindern, ebenso die Unterstützung durch Angehörige.

Hilfe und Tipps

Allgemeine Maßnahmen

- » Ruhe bewahren
- » Konzentration auf die Ausatmung, Schultern fallen lassen, Unterkiefer lösen
- » Mit aufrechtem Oberkörper oder im Kutschersitz sitzen
- » Kühlung des Gesichts durch Zufuhr von frischer Luft: Fenster und Türen öffnen, ggf. Handventilator einsetzen oder Stand- oder Tischventilator (in Richtung des Gesichts) aufstellen
- » An den Bettrand sitzen, Arme auf den Nachttisch oder auf die Oberschenkel abstützen
- » Einengende Kleidung lockern
- » Luftbefeuchtung (z.B. Aufhängen feuchter Handtücher, Aufstellen von Wasserschalen, Herunterdrehen von Heizkörpern, etc.)

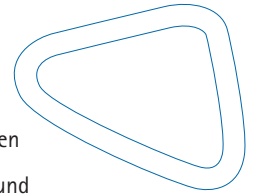
Nicht-medikamentöse Maßnahmen

- » Anleitung zu kräftesparender Bewegung, zu Atem- und Entspannungsübungen durch die Physiotherapie und die Atmungstherapie
- » Wärme- oder Kälteapplikation
- » Atemstimulierende Einreibungen von Pflegekräften oder angeleiteten Angehörigen
- » Bei Bedarf Gehhilfen rezeptieren lassen, um die Beweglichkeit zu fördern und so die Atemnot zu lindern
- » Erarbeiten Sie zusammen mit der Pflege- oder der Atmungstherapeuten einen Notfallhandlungsplan, damit Sie kontrolliert aus der Atemnot in eine ruhige Atmung zurückfinden

Atemerleichternde und -unterstützende Lagerungen

Mit aufrechtem Oberkörper sitzen

- » Ermöglicht ein leichtes und tiefes Durchatmen und ein besseres Abhusten
- » Arme zusätzlich mit einem Kissen abstützen, dies dehnt den Brustkorb und unterstützt die Atemhilfsmuskulatur



Kutschersitz

- » Erlaubt ein besonders tiefes Durchatmen

Einfache Atemübungen

Tiefes Durchatmen

- » Recken und strecken sie sich so oft wie möglich
- » Atmen Sie bewusst durch die Nase tief ein und durch den Mund vollständig aus

Kontaktatmung

- » Sie selber oder eine unterstützende Person legen die Hände auf den Bauch bzw. die Flanke rechts und links
- » Beim Aus- und Einatmen die Hände leicht andrücken und mit festen und tiefen Atemzügen die Hände „wegatmen“



Ausatmen gegen einen Widerstand

- » Wirbeln Sie mit einem Strohhalm Flüssigkeit in einem Glas oder in einer Tasse auf
- » Mehrmals täglich einen Luftballon halb aufpusten
- » Dosierte Lippenbremse
- » Durch die Nase einatmen und zwischen locker aufeinanderliegenden Lippen geräuschlos ausatmen

Medikamentöse Maßnahmen

Unter bestimmten Umständen können gezielte Medikamente oder eine Sauerstoffgabe die Atemnot, den Husten und weitere Beeinträchtigungen deutlich lindern. Halten Sie dazu Rücksprache mit Ihrem behandelndem Arzt. Bereits verordnete Medikamente nehmen Sie bitte nach der Vorgabe ein.

Wir wünschen Ihnen einen guten Behandlungserfolg.

Ihr Pflegeteam der Station