

## Notfallplan: Exazerbation bei COPD

Eine Exazerbation bei COPD ist eine plötzliche Verschlechterung der Erkrankung, die über die normalen Tagesschwankungen hinausgeht und über 24 Stunden anhält.

### Typische Symptome einer Exazerbation sind:

- ✓ Zunahme der Belastungsatemnot
- ✓ vermehrter, unproduktiver Husten
- ✓ Änderung von Menge, Konsistenz oder Farbe des Auswurfs (v.a. zäher oder eitriger Auswurf)

### Aber auch folgende Symptome können erste Warnzeichen sein:

- ✓ Erhöhter Bedarf an inhalativen Medikamenten
- ✓ Pfeifende oder rasselnde Atemgeräusche
- ✓ Verminderung des Sauerstoffgehalts im Blut auch in Ruhe
- ✓ Fieber
- ✓ Ungewollte Gewichtszunahme oder -abnahme ohne Änderung der Ernährungsgewohnheiten
- ✓ Mattigkeit
- ✓ Abgeschlagenheit
- ✓ Verwirrtheit
- ✓ Appetitlosigkeit
- ✓ Vermehrter nächtlicher Harndrang
- ✓ Geschwollene Beine
- ✓ Erhöhter Sauerstoffbedarf bei schon bestehender Sauerstoff-Dauertherapie

Es ist wichtig, dass Sie bei einer Exazerbation rechtzeitig und richtig reagieren.

Eine unbehandelte oder zu spät behandelte Exazerbation kann Ihre Lungenfunktion dauerhaft verschlechtern.

**Bei Anzeichen einer Exazerbation richtig handeln:**

- ✓ Versuchen Sie Ruhe zu bewahren - Hektik führt nur zu noch größerer Atemnot
- ✓ Inhalieren Sie Ihr Notfallmedikament

**Name meines Notfallmedikaments:**

---

- ✓ Wenn ein Pulsoxymeter vorhanden ist: Messen Sie den Sauerstoffgehalt (bei Abfall der Sauerstoffsättigung unter 90% sollten Sie umgehend einen Arzt kontaktieren)
- ✓ Nehmen Sie eine atemerleichternde Position bzw. einen Entspannungssitzes ein und setzen Sie die Lippenbremse ein
- ✓ Wenn Sauerstoff vorhanden ist, so verwenden Sie diesen (bei der Applikation durch eine Nasenbrille sollten Sie bewusst durch die Nase einatmen und mittels Lippenbremse ausatmen)
- ✓ Wenn nach 15 Minuten keine Besserung eintritt: Nochmals Inhalation des Notfallmedikaments
- ✓ Sofern Sie dies zuvor mit Ihrem Arzt vereinbart haben, können Sie nun auch eine Kortison-tablette einnehmen

**Name meiner Kortison-tabletten:**

---

Bei weiterhin bestehender Atemnot in Ruhe sollten Sie Ihren Hausarzt kontaktieren oder die Notrufnummer 144 oder 122 wählen.

**Kontakt-daten des Arztes:**

---

**Wichtig:** Personen mit schwerem Asthma können zur Selbstkontrolle ein Peakflowmeter benutzen. Bei COPD ist davon jedoch abzuraten, da dies nur zu verstärkten Hustenanfällen und damit zu weiterer Atemnot führt!

**Legen Sie diesen Notfallplan mit folgenden Unterlagen in einer Mappe, damit Sie sie bei Bedarf schnell zur Hand haben:**

- ✓ Arztbriefe über die letzten Krankenhausaufenthalte
- ✓ Liste der derzeit verwendeten Medikamente