



»Lebensqualität« auch mit Sauerstoff-Langzeit-Therapie

Seite 5:

Wer hat Angst vor der Maske?

Nicht-invasive Beatmung für wen und wann?

Seite 14–16:

Inspirationsmuskel-training macht mobil

Hoher Stellenwert für den COPDler neben der medikamentösen Therapie

Seite 38–42:

Sauerstofftherapie: künftig auf Sparflamme?

Mehr Aufklärung bei Krankenkassen, Ärzten und Patienten wünschenswert

Grußwort der Vorsitzenden

Dr. Birgit Krause-Michel 4

Kolloquium

Nicht-invasive Beatmung
für wen und wann? 5

Klinikportrait

Die St. Georg Vorsorge- und
Rehabilitationskliniken 8/9

Patientenportrait

Gewonnene Lebensqualität
durch Selbstüberwindung 10/11

In Memoriam

Nachruf Gottfried Heller 12

Ausflug

Dampferfahrt am 30. Juli 2010
auf dem Ammersee 13

Neue Studien

Inspirationsmuskeltraining
mittels Threshold IMT® 14–16

Sicherheitshinweise

Mitnahme von Sauerstoff
im Pkw 18–19

Flüssigsauerstoff- belieferung

Ein Tag als Service-
mitarbeiter 20/21

Neue Erfahrungen

Mobil mit Sauerstoff 22

Reisebericht

Mit Sauerstoff durch Israel 23

Türkeireise

Nach 13 Jahren Wiedersehen
in der Heimat 24

Gruppenreise für Sauerstoffpatienten

Urlaub auf der „Bärenburg“
im Landgasthof
in Nüdlingen/Haard 26

Sauerstoffversorgung rund um die Uhr

Erstes Sauerstoffhotel
im Allgäu 28

Neue Veranstaltung

Erster therapeutischer
Spaziergang 30

Fit in die kalte Jahreszeit

Stärkung des Immunsystems
im Winter 33

Patientenportrait / Tipp

Ein Auftragskiller gegen
die Angst 35

Lungenkrank? Brauseköpfe
austauschen 35

Veranstaltung

Sauerstoffschulung in der
Espan-Klinik 36

COPD

Macht Training kranke
Muskulatur gesund? 37

Interview

Sauerstofftherapie: Künftig
auf Sparflamme? 38–42

LOT-Termine 2011 42

Forum ein voller Erfolg

15. Ansbacher Patientenforum
in Zusammenarbeit
mit der LOT Ansbach 43

Schulungsprogramme fördern

Die ‚LOT‘ als Bindeglied
zwischen Arzt und Patient 50/51
Geschäftsstelle Bad Reichenhall/
Scheckübergabe 51

Wichtige Tipps für zu Hause

Befeuchtung bei außer-
klinischer Heimbeatmung 6/7

Tipps

Nachfüllung des LOX-Reisetanks
in Deutschland 17

Recht

Ermäßigung für Schwerbe-
hinderte bei BahnCard 50
Befreiung von der
Hundesteuer 21/22

LOT Intern

Kleinanzeigen
An- und Verkäufe 32

Stützpunkt-, Gruppen- berichte A–Z:

Frankfurt Rhein/Main	44
Augsburg	45
Süd, Saarland	46
Münnerstadt	47
Nordhessen, Landshut	48
Karlsruhe	49
Regionale Treffpunkte	52
Neues von der Website	53
Weißenburg	47
Regionale Treffpunkte	48

Rubriken

Beitrittserklärung	54
Vorstand der LOT	55
Impressum	55
Inserentenverzeichnis	55



Wir sind immer für Sie da

Ihr Servicepartner für:

**SAUERSTOFF-THERAPIE
SCHLAF-THERAPIE
BEATMUNG
MONITORING**

Herstellerunabhängig versorgen wir ausschließlich
mit Medizinprodukten, die technologisch auf
dem neuesten Stand sind und setzen auch
weiterhin mit innovativen Dienst-und
Serviceleistungen Maßstäbe!

Kontaktadresse:

MEDICAIR DEUTSCHLAND GMBH
Am Werbering 3
85551 Kirchheim b. München
Tel. 089/9699760 - Fax 089/96997622

www.medicair.eu



Das erste Jahrzehnt im neuen Jahrtausend ist fast geschafft und das erste Jahr des neuen Vorstandes. Was haben wir erreicht?

Nach langen Vorbereitungen und vielen Vorbehalten wurde auf der letzten Mitgliederversammlung der Namensänderung von Deutscher Selbsthilfegruppe für Sauerstoff-Langzeit-Therapie in Deutsche SauerstoffLiga mit überwältigender Mehrheit zugestimmt. Die Bedenken konnten in einer emotional aber auch kompetent geführten Aussprache endgültig ausgeräumt werden. Eine Namensänderung bedeutet keine Änderung der Ziele einer Selbsthilfegruppe. Oberste Priorität ist nach wie vor die Hilfe zur Selbsthilfe für Patienten mit schweren Atemwegserkrankungen, sei es direkt und aktuell über unsere Hotline oder etwas moderner über das Medium Internet. Zurzeit gibt es 2440 Mitglieder der Selbsthilfegruppe und mit 2540 noch mehr User unserer Homepage. Noch wichtiger ist das Konzept der unmittelbaren und ortsnahen Hilfe in regionalen Gruppen, die sich fast flächendeckend über ganz Deutschland erstrecken. Hier können Betroffene mit ihren „Leidensgenossen“ ihre Ängste und Hoffnungen, ihre negativen und positiven Erfahrungen austauschen. Und hier werden sie nach aktuell erarbeiteten Standards über die Grundlagen und Zusammenhänge ihrer Sauerstoff-Langzeit-Therapie informiert. Die Schulung erfolgt nach einer vom Vorstand aktualisierten CD, die in Medizin, Alltag und Reisen mit Sauerstoff untergliedert ist und jedem Gruppenleiter zur Verfügung steht. Aber auch wenn man keinen Zugang zum Internet hat: Nach wie vor ist der 02-Report der absolute Favorit in der Kommunikation. Hier berichten Fachleute und spezialisierte Beiräte sowohl über Neuheiten aus Medizin, Technik, Recht, Ethik und Sozialwissen als auch über mutmachenden Überlebentechniken mit Sauerstoff.

Aber wenn sich an den Inhalten der Selbsthilfegruppe nichts ändert, warum muss sie dann einen neuen Namen bekommen?

Die Aufgaben der Selbsthilfegruppe werden immer größer und wichtiger. Es geht nicht um Lebenserhaltung mit irgendeiner billigen Sauerstoffversorgung, sondern um Lebensqualität trotz Abhängigkeit vom Sauerstoff. Die Sauerstoff-Liga ist ein Garant dafür, dass trotz der neuen Gesundheitsreform, trotz erheblicher Widerstände bei den Krankenkassen, wenn es um eine optimale Sauerstoffversorgung geht, trotz zögerlicher Verordnungen für Flüssigsauerstoff auch bei den Lungenspezialisten, der Patient sein im Grundgesetz verankertes Recht auf Freiheit, sein Recht, die Wohnung zu verlassen, auch bekommt. Dafür muss sie zum ernstzunehmenden politischen Partner werden, der mit allen Gremien in Augenhöhe verhandelt.

Es gibt für das neue Jahrzehnt viel zu tun. Für die neuen Aufgaben und Lösungen sind wir alle verantwortlich. Nur gemeinsam können wir unsere Ziele erreichen, denn an der Philosophie der „Hilfe durch Selbsthilfe“ hat sich auch nach 13 Jahre Gruppenarbeit nichts geändert – oder um es mit den Gründungsworten noch treffender zu formulieren: „Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“

Einen Guten Start wünscht Ihnen

Ihre Vorsitzende Birgit Krause-Michel

Wer hat Angst vor der Maske? Nicht-invasive Beatmung für wen und wann?

Der Workshop und die Round-Table-Diskussion der Deutschen Selbsthilfe für Sauerstoff-Langzeittherapie fand traditionsgemäß wie jedes Jahr im Rahmen des Bad Reichenhaller Kolloquiums am 19. Juni 2010 im Alten Königlichen Kurhaus statt. Während sich der „große Kongress“ bei seiner 42. Veranstaltung mit dem Thema Schlafmedizin auseinandersetzte, nahm die LOT ihre 12. Veranstaltung zum Anlass, zum ersten Mal nicht über die Sauerstoff-Langzeittherapie zu sprechen, sondern über eine weitere Therapieoption bei schweren chronischen Atemwegserkrankungen – die nicht-invasive Beatmung.



Viel Wissenswertes konnten die Teilnehmer mitnehmen

Nach fast 30 Jahren Sauerstoff-Langzeittherapie sollte die Selbsthilfegruppe neue Wegweiser errichten. Nach wie vor stützt sich die Indikation und Durchführung einer Sauerstoff-Langzeittherapie allein auf 2 wissenschaftliche Studien aus den Jahren 1980 und 1981. In ihnen wurde nachgewiesen, dass eine konsequent durchgeführte lebenslängliche Sauerstoff-Therapie mit mehr als 16 Therapiestunden am Tag zu einer deutlichen Lebensverlängerung führt. Diese Studien konnten aus ethischen Gründen nicht wiederholt werden. Aber die Erfahrung gibt den Betroffenen Recht. Patienten mit einer Sauerstoff-Langzeittherapie leben nicht nur besser sondern nachweisbar länger. Aber wo Licht ist, da ist auch Schatten. Die Patienten werden älter und ihre Erkrankung verschlechtert sich trotz aller Therapie. Bei der COPD und bei den meisten Atemwegserkrankungen handelt es sich nun einmal, wie die Diagnose schon aussagt, um eine chronische Erkrankung, die langsam weiter voranschreitet, die progredient wird. Irgend-

wann einmal kommt der Zeitpunkt, dass der Sauerstoff nicht mehr die alleinmachende Lebensqualität garantiert. Die Lunge ist so unwiderruflich ‚zerstört‘, dass sie nicht mehr das CO₂-abatmen kann. Zum Problem des Sauerstoffmangels kommt nun das zusätzliche Problem, das bei der Atmung anfallende CO₂ loszuwerden. Auch das muss noch kein Todesurteil sein. Es gibt Beatmungsmaschinen,

die der Patient vorwiegend in der Nacht und zu Hause benutzen kann, um am nächsten Tag wieder weitgehend fit zu sein.

Wenn der Lungenarzt dem Patienten mitteilt, dass er zu seiner Sauerstoff-Langzeittherapie nun auch noch eine Beatmung benötigt, bedeutet das für viele ein Absturz in die Hoffnungslosigkeit und Verzweiflung. Nach einer Zeit der Verarbeitung tauchen bei ihm viele Fragen auf. Wann weiß ich denn, ob ich so eine Maschine brauche? Beahlt meine Krankenkasse auch noch dieses teure Gerät? Wie benutze ich es? Wer hilft mir bei Problemen im täglichen Umgang? Brauche ich dann keinen Sauerstoff mehr in der Nacht oder vielleicht überhaupt keinen mehr?

Die LOT sieht dieses Problem als so wichtig an, dass sie dieses Thema „Angst vor der Maske“ - Nicht-Invasive Beatmung für wen und ab wann? für den diesjährigen Workshop gewählt hat. Für die medizinischen Zusammenhänge konnte die LOT Herrn Dr. Jens Geissler gewinnen. Er ist Chefarzt für Intensivmedizin und Langzeitbeatmung in den Asklepios-Kliniken in

Gauting. In seinem Vortrag gelang es ihm, in verständlichen Worten die Unterschiede einer Schwäche des Lungengewebes (pulmonale Insuffizienz) und der Atempumpe (ventilatorische Insuffizienz) klar zu machen. Die meisten Fragen konnten durch diesen Vortrag beantwortet werden.

Herr Michael Voit, Vertriebsleiter der Firma Vivisol und langjähriger Beirat in der LOT, beleuchtete das Thema aus der Sicht der Medizintechnik. Hinsichtlich einer Sauerstoff-Langzeittherapie kann man Betroffenen fast nicht Neues oder Aktuelles mehr anbieten. Aber wie sieht es mit diesen Maschinen aus? Wie groß, wie schwer, wie leise, wie bedienerfreundlich sind sie? In seiner Power-Präsentation fanden die Patienten einen aktuellen Überblick über alle Geräte und Masken.

Wie ertrage ich dieses Schreckgespenst mit der Horror-Maske zu Hause? Zu diesem Thema konnte Frau Elisabeth Kindle viel zur Entlastung der Patienten beitragen. Sie weiß von was sie spricht. Sie leitet seit Jahren in der Fachklinik für Lungenerkrankungen in Pfronten als Fachkraft für Schlaf- und Beatmungstherapie Patienten mit einer außerklinischen Beatmung an. Ihr Vortrag war so authentisch und Angst abbauend, dass die LOT sie sofort zur Beirätin für Nicht-Invasive Beatmung wählte und für sie eine Hotline einrichten wird. Auch im 02-Report wird sie einen „Kummerkasten“ einrichten, in dem entsprechende Fragen beantwortet werden.

Nach den Beiträgen entwickelte sich eine lebhaft Diskussions, die leider aus Zeitgründen abgebrochen werden musste. Nachdem das Thema so großen Anklang gefunden hatte, entschloss man sich spontan dieses Thema auch bei unserem 14. Patientenkongress im September 2010 noch einmal aufzugreifen, um dann noch mehr Mitglieder zu erreichen.

Befeuchtung bei außerklinischer Heimbeatmung

Patienten die nicht nur Sauerstoff haben, sondern zusätzlich ein Heimbeatmungsgerät erhalten, benötigen eine gewisse „Eingewöhnungsphase“.

Wenn man sich also nach einigen Wochen an die Maske und das Gerät gewöhnt hat, können durch den kontinuierlichen Luftstrom bei dem einen oder anderen Patienten die Atemwege austrocknen, was ein sehr unangenehmes Gefühl ist.

In diesem Fall kann man mit einem so genannten „Warmluftbefeuchter“ Abhilfe schaffen und die Trockenheit wird beseitigt. Das heißt, es wird ein kleines Gerät zusätzlich zum

Beatmungsgerät angeschlossen. Dies ist eine Wärmeplatte, auf der eine Wasserkammer befestigt ist (siehe Beispiele Abbildung)

Der Warmluftbefeuchter bewirkt, dass die Luft, die bei der Beatmung in die Lunge gepresst wird, befeuchtet und erwärmt wird! Es gibt meist eine Einstellung der Wärmestärke von 1 bis 5, je nach Empfinden. Es muss abgekochtes Leitungs- oder Sterilwasser in den Befeuchter gefüllt werden.

Für viele Beatmungsgeräte gibt es Befeuchter, die man direkt an das Gerät montiert, oder externe Befeuchter, die man an fast alle Beatmungsgeräte anschließen kann.

- **Leicht**
- **Leise**
- **Kompakt**
- **Bequem**
- **Modisch**
- **Flugtauglich**
- **Bis zu 3 l/min Sauerstoff**
- **Bis zu 10 h unabhängig**

- **Persönlicher, individueller Service**
- **24 h-Notdienst**
- **Urlaubsversorgung**

Freiheit ohne Grenzen

Sparsame
Pulsdosierung.
Unbeschwerte
Versorgung (nur 2 kg).



Wechselstrom-,
Gleichstrom- oder
Akkubetrieb (bis zu 10 h).
Tragetasche oder Rucksack.



GTI medicare
Oxygen Technology

FreeStyle
Der kleinste und leichteste
Konzentrator der Welt!



GTI medicare GmbH
Hattingen · Bielefeld · Hamburg
www.gti-medicare.de
info@gti-medicare.de
Service-Telefon:
02324-91990 · 040-611369-0



Wichtige Hinweise

Bei der Verwendung eines Warmluftbefeuchters muss zwingend auf Hygiene geachtet werden, da sonst Befeuchter, Atemschlauch und Maske verkeimen können!

Was muss ich beachten?

- Die Befeuchterkammer sollte nach jeder Benutzung gereinigt werden (also täglich)
- Befeuchterkammer trockenreiben
- Abends erneut befüllen
- Jeden Morgen Beatmungsschlauch immer zum Trocknen aufhängen

- Befeuchterkammer einmal pro Woche mit Essigwasser oder Spüli reinigen
- Stellen Sie den Befeuchter niedriger als Ihr Kopfkissen (vermeidet Kondenswasserbildung im Schlauch)

Welches Wasser muss ich benutzen?

- Abgekochtes Leitungs- oder Sterilwasser benutzen
- Kein destilliertes Wasser benutzen (ist nicht keimfrei)
- Wasser nicht auf „Vorrat“ abkochen, immer frisch abkochen
- Soviel Wasser auffüllen wie nötig



Warmluftbefeuchter für Breas-Geräte



Warmluftbefeuchter für Respirationics-Geräte



Warmluftbefeuchter für Resmed-Geräte



Externer Warmluftbefeuchter für alle Geräte geeignet

Die St. Georg Vorsorge- und Rehabilitationskliniken



Die St. Georg Vorsorge- und Rehabilitationskliniken von außen.

Die St. Georg Vorsorge- und Rehabilitationskliniken, auf 1.015 Meter Meereshöhe, auf einem sonnigen Hochplateau im Naturpark Südschwarzwald gelegen, ist eine Fachklinik für Innere Medizin. Schwerpunktmäßig werden Patienten mit Tumorerkrankungen, Lungen- und Atemwegserkrankungen sowie Herz-, Kreislauferkrankungen und Erkrankungen des Bewegungsapparates in Form von stationären und teilstationären Anschlussheil- bzw. Anschlussrehabilitationsbehandlungen versorgt.

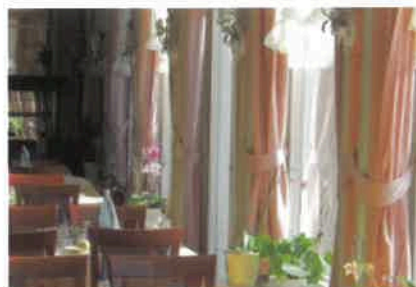
Eine breite Palette an Präventionsangeboten für gesundheitsbewusste Gäste und auch verschiedene Urlaubs- sowie Pauschalpakete ergänzen das Angebot.

Die Klinik St. Georg wird seit vielen Jahren in privater Trägerschaft von der Familie Sonja und Frank Porten in der dritten Generation geführt.

Das Haus verfügt über 170 Betten in gemütlich eingerichteten Einzel- und Doppelzimmern. Modernste Technik im medizinischen Bereich (inklusive einer Flüssigsauerstoffanlage); eingebettet in ein teilweise ho-

telähnliches Ambiente, verleihen der Klinik einen besonderen Charme und sorgen zusammen mit einem besonders hohen Maß an Patientenorientierung für den guten Ruf des Hauses. Betreut und behandelt werden die Patienten der Deutschen Rentenversicherung, der gesetzlichen und privaten Krankenkassen sowie den Beihilfestellen von unseren bestens qualifizierten Ärzten und Mitarbeitern.

Die Behandlung unserer Patienten erfolgt strukturiert, jeweils nach Standards und Richtlinien der entsprechenden Fachgesellschaften sowie nach entwickelten und anerkannten Behandlungspfaden. Ein umfangreiches Angebot an Vorträgen zur Ge-



Gemütlicher Speisesaal



Diagnostikzentrum

sundheitsbildung rundet unser Behandlungskonzept ab und fördert die Nachhaltigkeit der Rehabilitation.

Qualität und Kundenorientierung in der Versorgung der Patienten hatte in der St. Georg Vorsorge- und Rehabilitationsklinik schon immer einen sehr hohen Stellenwert. Mit der Einführung eines Qualitätsmanagementsystems nach DIN EN ISO 9001: 2000 bzw. 2008, welches sich auch an den Vorgaben des QMS-Reha der Deutschen Rentenversicherung orientiert, wurde diese Qualität noch weiter verbessert und strukturiert in alle Abläufe implementiert. Verschiedene Partnerschaften und Kooperationen, wie zum Beispiel die Zugehörigkeit zum regionalen RehaNetz der Uni Freiburg, erhöhen zudem die Qualität der Betreuung und Behandlung unserer Patienten.

Die Lage unseres Hauses auf 1.015 Metern Höhe, inmitten des Naturparks „Südschwarzwald“ bietet beste Rahmenbedingungen für Ihre erfolgreiche Rehabilitation.

Luft ist unser wichtigstes Lebensmittel, ein erwachsener Mensch benötigt pro Tag mindestens 15.000 Liter, bei Anstrengung sogar ein Vielfaches davon. Insbesondere bei der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) ist Belastungsatmennot



Sitzecken laden zum Verweilen ein



Geräumige Zimmer

häufig das erste, aber schon dramatische Krankheitszeichen. Denn es zeigt, dass die Lunge geschädigt ist. Die gute Botschaft ist jedoch, eine weitere Schädigung können wir vermeiden und die Leistungsfähigkeit trotz gewisser Einschränkungen wieder deutlich verbessern. Medikamente sind hierzu notwendig, reichen allein jedoch oft nicht aus.

Manchmal ist die Lunge so weit geschädigt, dass sie nicht mehr in der Lage ist, den Körper mit genügend Sauerstoff zu versorgen. Dann ist eine Substitutionsbehandlung

mit Sauerstoff entsprechend den Erfordernissen notwendig. Dies werden wir gemeinsam mit Ihnen klären, um die für Sie optimale Behandlung herauszufinden und zu organisieren.

Eine klare und differenzierte Diagnose ist Grundlage für eine erfolgreiche Therapie. Wir sind bemüht, Ihre Atmung wieder zu verbessern und zu stabilisieren, Ihren Kräftezustand und Ihre Leistungsfähigkeit zu optimieren, Stress und Ängste abzubauen, damit Sie wieder das tun können, was für Sie im Leben wichtig ist.

Mit einer schwergradigen Funktionseinschränkung der Atmung, die einer Sauerstofflangzeittherapie bedarf, ist man in seiner körperlichen (und nur in dieser) Leistungsfähigkeit insgesamt und damit in seinen Aktivitäten sowie Teilhabemöglichkeiten eingeschränkt.

Diese Einschränkung so gering wie möglich zu halten, durch Optimierung der Therapie, Training und Schulung, ist unser Reha-Ziel.



Lungenfunktion

Lebensfreude zu erhalten oder gar zu vermehren, auch bei partieller Funktionseinschränkung, ist nicht nur möglich – es ist zu erreichen.

KONTAKT

St. Georg Vorsorge- und Rehabilitationskliniken GmbH und Co. KG
Kurhausplatz 1, 79862 Höchenschwand
Tel. +49 7672 411-0, Fax: 411-240
E-Mail: info@porten.de
Internet: www.porten.de



„Viele reden über **Urlaubsversorgungen**,
wir machen sie einfach - **kostenlos!**“



WIR REISEN MIT IHNEN!

Bei uns erhalten Sie einmal pro Kalenderjahr eine **kostenlose** Sauerstoffversorgung für zwei Urlaubswochen. Mit unserem **VIVITRAVEL**-Service bieten wir Ihnen die bestmögliche Unterstützung, um sowohl innerhalb Deutschlands, als auch in vielen Teilen Europas Entspannung, Erholung und im wahrsten Sinne des Wortes „Luftveränderung“ zu erfahren.

SERVICELEISTUNGEN

Das Kompetenzzentrum für Sauerstofftherapie

- ↳ Kompetente Beratung vor Ort durch Fachkrankenschwestern /- pfleger
- ↳ Medizintechnik Ausstellung (Sauerstoff, Inhalation, Schlafapnoe, Beatmung, Sekretmobilisation)
- ↳ Flüssigsauerstoff zum Betanken der meisten Mobilgeräte halten wir selbstverständlich für Sie bereit

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo 9 - 13 Uhr · Mi 12 - 16 Uhr · Fr 9 - 13 Uhr
Terminvereinbarung nach telefonischer Absprache
Mozartstraße 4 · 83435 Bad Reichenhall
Phone 0 86 51 - 71 56 70 · Fax 0 86 51 - 71 56 71
E-Mail: AtemCenter@vivisol.de

Das AtemCenter wird betrieben von:

VIVISOL Deutschland GmbH
Phone 01803/8484765
Fax 0800/8484329
www.vivisol.de · info@vivisol.de



Gewonnene Lebensqualität durch Selbstüberwindung

Es gibt sie, diese Tage – man steht auf, quält sich mit der Morgentoilette, schleppt sich an den Frühstückstisch und denkt an all die Menschen, die schon längst ihrer Arbeit nachgehen und schon mittendrin sind im Tagesgeschehen. Langsam, ganz langsam kommt auch bei mir meine tägliche Routine zurück: Inhalieren, Medikamente einnehmen, Sauerstoff nachtanken usw. Als Sauerstoffpatient muß man sich um den Entschleunigungsprozess keine Gedanken mehr machen. Beim Blick aus dem Fenster überfällt mich der November-Blues, die Depression schleicht sich schon an. Und dann kommt der Anruf.

Mein Freund Harald ruft an: „Du, hör mal, Jan Garbarek gibt im November im Geiselsaale in der Philharmonie ein Konzert, sollen wir da mal hingehen, was meinst Du?“ Da wir beide große Garbarek-Fans sind sagte ich spontan „ja, super, das machen wir“. Wir plauderten noch ein

Weilchen und Harald versprach, sich um die Karten für einen Rollstuhlfahrerplatz und eine Begleitperson zu kümmern. Nachdem ich aufgelegt hatte, wurde mir erst richtig bewußt, was das eigentlich für mich bedeutete. Ausgerechnet ich, Sauerstoffpatient, schlecht zu Fuß, hin und wieder ge-

plagt mit einer Sozialphobie und Panikattacken wollte auf ein Konzert gehen? Am Abend erzählte ich meiner Lebensgefährtin von unserem Vorhaben. Sie war äußerst skeptisch. Mir war, ganz ehrlich gesagt, auch etwas mulmig, aber Blöße wollte ich mir auch keine geben – vielleicht ist das Konzert ja auch schon ausverkauft?

Drei Tage später erneuter Anruf von meinem Freund Harald. Er hat die Karten bekommen! Laut Bestuhlungsplan sehr, sehr gut Plätze. Sollte ich mich nun freuen oder vielleicht doch noch absagen. Ich freute mich.

Dann kam der Tag des Konzerts, die Aufregung und auch die Zweifel wuchsen. Wir machten uns fertig für die Reise. Rollstuhl, zwei mobile Sauerstoffflaschen, Beruhigungspillen, man weiß ja nie, und natürlich das Handy für den Notfall.



WIEDER RICHTIG TIEF LUFT HOLEN.

Ihr Spezialist auf dem Gebiet der Sauerstoffversorgung

Sauerstoffkonzentrator • Druckgasflasche • Flüssigsauerstoff • stationär und mobil

Service 0700 - 022 022 022 • www.rmcszolze.de

rmcSTOLZE 

Angekommen bei unserem Freund luden wir das Ganze in dessen Auto um und wir beide machten uns auf den Weg nach München. Unsere Frauen ließen wir zu Hause, die wollten lieber klönen.

Erster Schreck im Parkhaus Geiselgasteig. Mein Schwerbehindertenausweis hatte nur das Merkmal „G“, also eigentlich kein Behindertenparkplatz. Nachdem der freundliche Mann an der Schranke sah, daß ich an der Sauerstoffflasche hänge, sagte er: „Jungs, da hinten ist ein Behindertenparkplatz, direkt am Aufzug. Stellt euch da hin, ich vermerke das in meiner Belegungsliste, damit ihr keine Schwierigkeiten bekommt“. Toll, wir bedankten uns ganz herzlich und konnten dann wirklich ohne Probleme oder Hindernisse mit dem Rollstuhl zur Philharmonie hochfahren.

Beim Anblick der sich in die Höhe windenden Stuhlreihen und der vielen Men-

schen stellte sich dann doch so eine kleine Panikattacke ein. Aber nach mehrmaligem tief Luft holen, ging es dann immer besser und ich gewöhnte mich allmählich an die Umgebung.

Was ich mir geistig nicht mehr vorstellen konnte, es funktionierte plötzlich wieder. Die Ängste verschwanden und ich freute mich nur noch auf den Beginn des Konzerts.

Und es wurde einfach nur phantastisch! Trotz anfänglicher Bedenken ob der Bandbesetzung. Der Pianist vermittelte den Eindruck eines pensionierten Oberstudienrats, der Perkussionist schien gerade aus dem Beduinenzelt geflüchtet, die einzige Konstante: Jan Garbarek. Es entwickelte sich ein tolles Konzert mit einem begeisterten Publikum.

Kurzum: wir beide waren begeistert. Bei der Heimfahrt klappte, auch dank meines

Freundes Harald und meiner Lebensgefährtin, alles wunderbar. Noch sehr, sehr lange konnte ich von diesem Abend „zehren“, womit Brecht mit seiner Aussage: „Der Mensch lebt nicht vom Brot allein“ durchaus recht hat.

Meine Ängste und Befürchtungen erwiesen sich als grundlos. Trotz Sauerstofftherapie und gelegentlich Rollstuhl kann ich durchaus noch am Leben teilnehmen – wenn ich denn will.

Da fällt mir gerade auf, dass seit dem Konzert schon wieder ein Jahr vergangen ist und es höchste Zeit wäre, sich mal wieder zu informieren und etwas zu unternehmen. Ich weiß ja nun, dass vieles geht. Und kein noch so gutes Buch oder gute Musik können den Kontakt mit Mitmenschen, die Gespräche mit Freunden oder die Atmosphäre eines Livekonzerts ersetzen.

Ralf Gärtlein, Mitglied der LOT

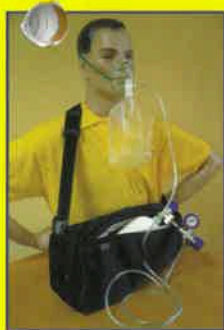
OXYCARE GmbH

Sauerstoff-Beatmungstechnik

Fon 04 21 - 48 99 6-6 Fax 04 21 - 48 99 6-99

Asthma Bronchitis Neuromuskulär
THERAPIEGERÄTE
Schlafapnoe Herzschwäche Wunde
Migräne Krebs

Tun Sie sich was Gutes für eine bessere Lebensqualität!



Die mobile Sauerstoff-Akuttherapie gegen Clusterkopfschmerzen und Migräne

Die mobile Akuttherapie gegen Clusterkopfschmerzen und Migräne mit der Cluster-O₂-Maske inkl. Reservoirbeutel, gemäß Leitlinien der DGN 2008 (Deutsche Gesellschaft für Neurologie) siehe unter www.oxycares.eu

- Anwendungsdauer ca. 15 bis 20 Minuten
- Anerkanntes Verfahren / Kostenübernahme durch Krankenkassen möglich
- Transportabel: Auto, Zug, Urlaub
- 60 - 70 % Therapieerfolg im Akutfall

Aktionspreis 39,50 € inkl. MwSt.



Masken-Schlafkissen mit 6 Schlafzonen

Für einen besseren Schlaf in der Nacht, ohne Druckstellen und ohne Leckagen.

Das neue Schlafkissen ist ergonomisch geformt und hat zwei extra Aussparungen für die Maske.

Dies verhindert ein Verrücken der Maske im Gesicht und ermöglicht ein angenehmes Schlafen ohne störende Leckagen.

- Schlafen in jeder Lage
- Optimale Kopf- und Nackenunterstützung
- Verbessert die Haltung der Wirbelsäule

Pulsoxymeter MD 300



Aktionspreis:
78,50 €
inkl. MwSt.

OXYCARE GmbH · Holzweide 6 · 28307 Bremen
FON 0421-48 996-6 · FAX 0421-48 996-99 · E-MAIL ocinf@oxycares-gmbh.de

• • • • • www.oxycares.eu

Am 23. Oktober starb unser ehemaliges Vorstandsmitglied

Herr Gottfried Heller

im Kreise seiner Familie an den Folgen seiner schweren Erkrankung. Sein Tod hat uns alle sehr betroffen gemacht. Für mich war Gottfried von der ersten Stunde in meinem Amt als Vorsitzende der LOT der Mann an meiner Seite. Seine ehrliche und aufrichtige Art, sein kluger Verstand, der jeden noch so kleinen Fehler sofort erkannte, haben mir viel geholfen. In seiner Zeit als Vorstandsmitglied hat er mit neuen Ideen, Entschlusskraft, positiver und nie verletzender negativer Kritik den neuen Kurs der LOT entscheidend mitbestimmt. Wir werden Herrn Gottfried Heller nie vergessen und ihm stets ein ehrendes Andenken bewahren.

Dr. Birgit Krause-Michel
Vorsitzende

LIEBE MITGLIEDER UNSERER SELBSTHILFEGRUPPE,
mit unserem letzten Treffen verbindet sich ein trauriger Anlass:
der langjährige Leiter unserer Selbsthilfe-Gruppe,

Gottfried Heller

ist am 23. Oktober verstorben.



Wir alle wussten um seinen schlechten Gesundheitszustand, dennoch kam der Anruf seiner Frau Brigitte überraschend und hat uns betroffen gemacht. Er war ja noch im September hier dabei und hat sich aktiv an den Gesprächen beteiligt. Die LOT-Gruppe Donaustauf ist Gottfried Heller in vielfacher Hinsicht zu Dank verpflichtet: Herr Heller hat in seiner Arbeit als Gruppenleiter Vorbildliches geleistet. Er hat sich über Jahre hinweg ein immenses fachliches Wissen zu unseren Problemen erworben und es in seiner bescheidenen Art äußerst kompetent an uns weitergegeben. Bei den vielen Einzelgesprächen und Telefonkontakten bewies er sein soziales Engagement und seine menschliche Grundhaltung. Mit großem Einfühlungsvermögen und Charisma stand er seinen Gesprächspartnern zur Verfügung. Er gab Zuversicht und Trost in unserer schwierigen Situation. Viele von uns können sich an solche Gespräche in Dankbarkeit erinnern. Er vermittelte das Gefühl der Solidarität unter uns Erkrankten, das ein wesentliches Motiv für die Zusammentreffen hier in Donaustauf ist. Gemeinsame Erfahrungen austauschen und zu erfahren, wie die anderen Erkrankten mit ihren Problemen umgehen, nimmt uns Betroffenen ein wenig die Einsamkeit in der Auseinandersetzung mit unserem Schicksal. Dazu hat uns Gottfried Heller angeleitet und verholfen. Er verfügte über eine große seelische Kraft, die aus seinem Glauben, seiner Erfahrung und seiner menschlichen Grundhaltung erwachsen ist. Die Selbstverständlichkeit, mit der er den Dienst am Mitmenschen erfüllte, beeindruckt und verpflichtet. Er hat ja nicht nur die Arbeit für diese Gruppe geleistet. Seit 2003 wusste er von seiner Krankheit. Er hat sich mit ihr auseinandergesetzt und sie als Aufgabe angenommen. Sein Engagement für ebenfalls Betroffene ist Ausdruck einer Einstellung, die uns allen ein Vorbild sein kann. Gottfried Heller hat uns gezeigt, wie man mit einem solchen Schicksal umgehen und in Würde das Unvermeidliche annehmen kann.

Josef Schneider
Gruppenleiter Donaustauf

Dampferfahrt am 30. Juli 2010 auf dem Ammersee

Sommer, Sonne, Sonnenschein – naja ein Blick zum Himmel belehrt uns eines Besseren. Wolken nichts als Wolken und nur hie und da mal ein Sonnenstrahl

Aber was soll's – die „Augsburger LOT“ ist mal wieder unterwegs Richtung Ammersee, wo der Biergarten, unser Dampfer und das Vivisol-Team auf uns warten. Natürlich sind auch wieder zahlreiche Mitglieder anderer Gruppen dabei, auch Freunde und Verwandte.

Im Biergarten herrscht schon bald rege Unterhaltung, die auch durch einen plötzlich Regenschauer nur kurzfristig unterbrochen wird, da sich jeder nach einem trockenen Plätzchen flüchtet. Ganz Unerschrockene bleiben unter den aufgespannten Sonnenschirmen sitzen. Nur der Infostand der LOT wird arg vom Regen durchnässt. Bis zur Abfahrt klart es aber wieder auf und so steht einer vergnüglichen Rundreise auf dem „Augsburger Meer“ nichts mehr im Wege.

Mit tatkräftiger Unterstützung durch das Vivisol-Team und mit genügend Sauerstoff versehen, schippern wir los. Angeregte Unterhaltung bei Kaffee, Kuchen und anderen Erfrischungen sowie das mittlerwei-

le auch wieder angenehme Wetter lassen die Stunden wie im Flug vergehen. Allzu bald legen wir wieder an und es heißt Abschied nehmen.

All jenen, die für den reibungslosen Ablauf gesorgt haben, sei ein herzliches Vergelt's Gott gesagt – und hoffentlich sehen wir uns dann im nächsten Jahr wieder, wenn wir am Ammersee wieder die Leinen losmachen.

Walter Weygold



Fürs leibliche Wohl war gesorgt und am Infostand konnte man sich zusätzlich Anregungen holen



Alles im Blick: Der Mann am Sauerstofftank



...hier wurde es in angenehmer Atmosphäre dann so richtig gemütlich



Unser An- und Ablegesteg

Inspirationsmuskeltraining mittels Threshold IMT®

– eine Trainingsmethode für daheim für COPD'ler –



Einleitung

Maßnahmen zur Funktionsverbesserung der muskulären Atempumpe spielen im Rahmen der modernen pulmonalen Rehabilitation eine entscheidende Rolle. Neue wissenschaftliche Studien konnten aufzeigen, dass Atemmuskeltraining, Sauerstoffzufuhr und pharmakologische Maßnahmen zu einer Steigerung der Kraft und Ausdauer der Atemmuskulatur führen.

„Körperliches Training hat bei COPD-Patienten denselben Stellenwert wie die medikamentöse Therapie“

Für die Sauerstoffversorgung der peripheren Gewebe ist nicht nur der Zustand von Lunge und Kreislauf entscheidend, sondern die Leistung der muskulären Atempumpe (Diaphragma und Atemhilfs-

muskulatur). Im Rahmen der pulmonalen Rehabilitation beschäftigte man sich in den letzten Jahren zunehmend mehr mit therapeutischen Verfahren, die die Funktion der muskulären Atempumpe positiv beeinflussen. Da bei Patienten mit chronisch obstruktiver Atemwegserkrankungen oft nur wenig an intrathorakalen Gasvolumen und Atemwegswiderstände der muskulären Atempumpe therapeutisch verändert werden kann, erscheint es gerade bei dieser Patientengruppe als sehr sinnvoll, nach Möglichkeiten zu suchen, die Funktion der Atempumpe zu verbessern, z. B. mit Inspirationsmuskeltraining.

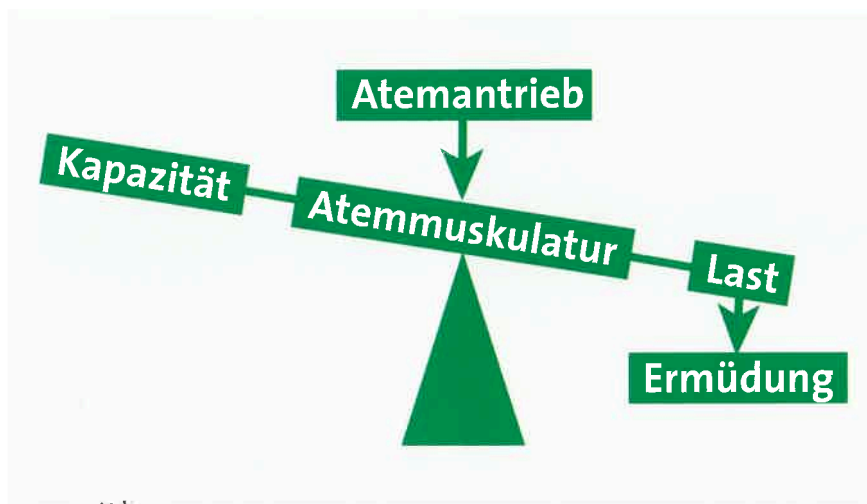
Inspirationsmuskelgeräte

In den letzten Jahren wurde außer dem Training der Extremitätenmuskulatur vermehrt die Trainierbarkeit der Atemmuskulatur untersucht. Es konnte gezeigt werden, dass bei Lungenerkrankungen, z. B. COPD, durch Training der Atemmuskulatur eine Leistungsverbesserung und eine Abnahme der Dyspnoe erreicht werden kann. Früher bestand das Atemmuskeltraining darin, gegen einen Widerstand zu atmen. Heute kann das Training mit Geräten, bei denen Druck und/oder Durchfluss genau definiert sind, sehr viel besser dosiert werden. Ein weiteres Trainingsverfahren arbeitet mit erhöhter Atemfrequenz und Atemzugvolumen sowie einem Rückatmungsbeutel, so dass Hypokapnie vermieden und eine ausreichende Trainingslast erreicht werden kann. Der positive Effekt durch Atemmuskeltraining hinsichtlich Dyspnoe und Ausdauerleistung entsteht bei Patienten z. B. mit COPD Stadium II–IV sowohl durch eine Verbesserung von Atemmuskelkraft und Ausdauer als auch durch zentrale Anpassungsmechanismen wie verbesserte Koordination oder Änderung der Dyspnoeschwelle. Wie die Skelettmuskeln kann auch die an der Atmung beteiligte Muskulatur durch regelmäßige Atemübungen trainiert werden, z. B. mittels Threshold IMT.

latur untersucht. Es konnte gezeigt werden, dass bei Lungenerkrankungen, z. B. COPD, durch Training der Atemmuskulatur eine Leistungsverbesserung und eine Abnahme der Dyspnoe erreicht werden kann. Früher bestand das Atemmuskeltraining darin, gegen einen Widerstand zu atmen. Heute kann das Training mit Geräten, bei denen Druck und/oder Durchfluss genau definiert sind, sehr viel besser dosiert werden. Ein weiteres Trainingsverfahren arbeitet mit erhöhter Atemfrequenz und Atemzugvolumen sowie einem Rückatmungsbeutel, so dass Hypokapnie vermieden und eine ausreichende Trainingslast erreicht werden kann. Der positive Effekt durch Atemmuskeltraining hinsichtlich Dyspnoe und Ausdauerleistung entsteht bei Patienten z. B. mit COPD Stadium II–IV sowohl durch eine Verbesserung von Atemmuskelkraft und Ausdauer als auch durch zentrale Anpassungsmechanismen wie verbesserte Koordination oder Änderung der Dyspnoeschwelle. Wie die Skelettmuskeln kann auch die an der Atmung beteiligte Muskulatur durch regelmäßige Atemübungen trainiert werden, z. B. mittels Threshold IMT.

Threshold IMT®

Der Threshold IMT® trainiert die Atemmuskulatur, indem während des Einatmens Last auf die Muskulatur ausgeübt wird. Mithilfe eines im Gerät integrierten federbelasteten Ventils lässt sich die Druckbelastung der Einatemmuskulatur durch individuell genau einstellbare Widerstände





Kontrolliertes Kleingruppenttraining mittels Inspirationsmuskelgerät Threshold IMT®



Einstellung erfolgt über cmH₂O

trainieren. Dadurch gelingt eine Steigerung von Kraft und Ausdauer der Inspirationsmuskulatur. Diese aufzubringende Kraft wird den Bedürfnissen des Patienten entsprechend angepasst – z. B. vom Lungenspezialisten –, unabhängig davon, wie schnell oder langsam ein Patient atmet. Bei der Atmung wird durch Aufsetzen einer Klammer die Nase geschlossen. Wird die Atemmuskulatur stärker, kann die Druckbelastung in regelmäßigen Abständen erhöht werden, so dass der Patient auch langfristig vom Training profitiert. Die erzielten Fortschritte lassen sich durch kontinuierliches Training aufrechterhalten. Besonderer Vorteil dieses Gerätes ist der relativ günstige Preis (ca. 50,- €).

Auswahl geeigneter Patienten

Die Ergebnisse aus der klinischen Forschung zeigen, dass viele Patienten vom Atemmuskeltraining (IMT) profitieren. Dennoch lässt sich nicht jeder Patient für das Trainingsprogramm gewinnen und nicht jeder Patient setzt das Programm auch konsequent fort. Eine erfolgreiche Umsetzung des IMT-Programms hängt von einer Reihe unterschiedlicher Faktoren ab. Dazu zählen zum Beispiel **Motivation** und **Konzentrationsfähigkeit** des Patienten.

Patienten, die sich gerne bewegen oder in der Vergangenheit Sport betrieben ha-

ben, kommen häufig besser mit dem IMT zurecht. Sie strengen sich gern an, haben eine positive Einstellung gegenüber der Aufgabe und passen sich der Routine schneller an. Das IMT erfordert eine gewisse Konzentrationsfähigkeit; Menschen, die Schwierigkeiten haben, sich auf eine Aufgabe zu konzentrieren, finden es mitunter schwerer, die Atemübungen über 20 bis 30 Minuten durchzuführen. Das Training erfordert außerdem ausreichend Zeit und Kraft.

Anwendung des Threshold IMT®

Der Threshold IMT®, ein Leichtzylinder aus durchsichtigem Kunststoff im Taschenformat, besteht aus einem Luftstromventil, einem durch Federspannung kontrollierten integrierten Druckregler und einem Mundstück, das an einem Ende des Gerätes angebracht wird. Beim tiefen Einatmen durch das Mundstück muss der Patient ausreichend Unterdruck erzeugen, um das Luftstromventil zu öffnen. Das Ventil blockiert den Luftstrom in dem Zylinder so lange, bis durch tiefes Einatmen ein ausreichender

„Schwellendruck“ erzeugt wird, um den Widerstand der Feder zu überwinden. Luft strömt so lange durch das Gerät, wie dieses Druckniveau aufrechterhalten wird.

Der integrierte Druckregler wird patientenspezifisch auf die jeweilige Trainingsintensität eingestellt. Der Schwellendruck kann jederzeit nach Entfernen des Mundstücks durch Verstellen des Kontrolldrucks angepasst werden. Dabei bewegt sich der Druckanzeiger auf der Skala nach oben oder unten und zeigt die aktuelle Druckeinstellung (in cmH₂O). Die Druckeinstellung entspricht einem prozentualen Anteil des maximal statischen Inspirationsdrucks bei maximaler Inspiration des jeweiligen Patienten. Je höher die Druckeinstellung, um so größer ist die benötigte Anstrengung.

Umrechnung:

1 kPa entspricht 10,2 cmH₂O

Beispielrechnung:

$5,35 \text{ (P}_{\text{Imax}}) \times 10,2 \text{ (cmH}_2\text{O)} = 54,57 : 100 = 0,54 \text{ cmH}_2\text{O}$

Einstellung der Druckbelastung Threshold IMT®

Das IMT-Threshold-Gerät wird entsprechend den Messwerten des maximalen Inspirationsdrucks (P_{Imax}) des jeweiligen Patienten eingestellt (durch Lungenfunktion ersichtlich). Die eingestellte Belastung sollte ausreichend hoch sein, um die Atemmuskulatur zu beanspruchen, ohne sie dabei zu erschöpfen, da die Ermüdbarkeit von dem Verhältnis der aktuellen Beanspruchung (Last) zur maximalen Kraft (Kapa-

Maximaler statischer Inspirationsdruck (P_{Imax})

< 60 Jahre	Frauen	Männer
Mittelwert (kPa)	8,5	11,5
Unterer Grenzwert (kPa)	4,0	5,5
Ausschluss einer relevanten Muskelschwäche (kPa)	> 7,0	> 8,0

Normwerte am Threshold IMT

	30 %	50 %	(P _{Imax})
Männer	28	41	(cmH ₂ O)
Frauen	26	41	(cmH ₂ O)

Art	Training	Vorteile	Nachteile
Normtraining	20 – 30 Min.	nicht zeitgebunden	Daueranstrengung
Power-/ Intervalltraining	4-mal 5 Min. Dauertraining 1 Min. Pause	Kurze Anstrengungen	zeitgebunden

zität) der Muskulatur abhängt. Die Inspirationsmuskulatur ermüdet innerhalb weniger Minuten, wenn der bei jedem Atemzug entwickelte Inspirationsdruck 35 bis 40 Prozent des maximalen Inspirationsdrucks überschreitet ($PI_{max} > 35-40\%$). Nach einem Intervall-/Powertraining (fünf Minuten Training / eine Minute Pause mit vier Wiederholungen) sollte der Patient sich angenehm müde fühlen.

Vorgabe für die Patienten

Die Patienten sollten auf zwei mögliche Begleiterscheinungen hingewiesen werden, um im Vorfeld die Beschwerden abzugrenzen. Zum einen wird auf die **Hyperventilation** hingewiesen, die sich mit einer ruhigen Atemfrequenz vermeiden oder einschränken lässt. Zum anderen auf **Brustschmerzen**, die in der Regel ein bis zwei Tage nach Übungsbeginn nachlassen.

Beim Einüben wird darauf hingewiesen, sich die Nasenklammer auf die Nase zu klemmen, so dass Sie nur noch durch den Mund atmen können. Das Mundstück vom Threshold IMT® in den Mund nehmen und tief mit ausreichend Kraft einatmen. Dabei wird das Ventil am Gerät geöffnet, damit Luft hineinströmen kann. Über das Gerät

lange ausatmen – PEP/Lippenbremsenfunktion –.

Der positive Effekt des inspiratorischen Atemmuskeltrainings verliert sich aber, wenn das Training nicht aufrechterhalten wird!

Reinigung des Threshold IMT®

Nach jedem Training sollte der Patient darauf hingewiesen werden, das Gerät zu reinigen. Das Gerät täglich mit Wasser spülen und anschließend an der Luft trocknen lassen. Das Gerät sollte nicht in einem luftdichten Behälter aufbewahrt werden, da so Feuchtigkeitsrückstände nicht verdunsten können und ein ideales Umfeld für Bakterien geschaffen wird. Kein Spülmittel verwenden, da sonst das Ventil verklebt.

Bisherige Erfahrungswerte in der Fachklinik Allgäu

Im Rahmen der Rehabilitation in der Fachklinik Allgäu konnten Äußerungen betroffener Patienten festhalten werden, dass sich bei einigen durch das Gruppentraining in der Fachklinik Allgäu subjektiv deutliche Verbesserungen ihres Zustandes ergaben. Patienten berichteten über bessere Belastbarkeit und größere Ausdauer durch Erhö-

VERFASSERIN

Swenja Regina Weingarten
Physiotherapeutin,
Sporttherapeutin,
Atemungstherapeutin (DGP),
Robert-Bosch-Krankenhaus
S.Weingarten@freenet.de



hung der inspiratorischen Muskelkraft und Verringerung der Atemnot infolge mittels Threshold IMT® durchgeführten Muskeltrainings. Sie konnten z. B. nach der Behandlung weitere Wege ohne Pause gehen.

Fazit

Das Gerät Threshold IMT® hat sich als geeignet erwiesen, Patienten mit mittel- und schwergradiger COPD erfolgreich zu behandeln, indem die Atemmuskulatur hinsichtlich Reduktion und Dyspnoe sowie Verbesserung der Ausdauerleistung gesteigert wird. Der positive Effekt des inspiratorischen Atemmuskeltrainings verliert sich aber, wenn das Training nicht aufrechterhalten wird.

Insbesondere müsste aber die Motivation der Patienten gesteigert werden, ihrer Gesundheit zuliebe Unbequemlichkeiten beim Umgang mit dem Gerät zu akzeptieren.



Gruppentraining



Kontrolle über einen Fingerpulsoximeter

Nachfüllung des LOX-Reise-tanks in Deutschland

Erfahrungsbericht von H. Schedl

Ausgangssituation

Sauerstoffpatient mit zusätzlichen gesundheitlichen Problemen. Dadurch ist eine Vorausplanung einer Reise von mehr als einer Woche unmöglich.

Durchschnittliche Zeit an einem Ort: eine bis eineinhalb Wochen. Einen bis zwei Urlaubsortwechsel bei einer Reise, abhängig von der gesundheitlichen Verfassung.

Bedarf tagsüber: 2 bis 3 Liter/Min.
Bedarf nachts: 1 bis 1,5 Liter/Min.
Ausstattung: 31-Liter-Tank in einem größeren Fahrzeug, Heimox mobil T 1,2 für die Nacht und Heimox mobil T 0,5 als zusätzliches tragbares Gerät.

Durch die Verwendung des Heimox mobil T 1,2 für die Nacht, ist eine Sauerstoffanmeldung im Hotel nicht erforderlich. Der Tank bleibt im Fahrzeug.

Erfahrung

Reise nach Sachsen-Anhalt. Wir erhielten von Linde Gas Therapeutics GmbH die Telefonnummer des für den Norden Deutschlands zuständigen Koordinators. Vor Abfahrt riefen wir dort an und erhielten die Telefonnummer des Fahrers, der in dieser Region Lieferungen durchführt. Zwei Tage nach der Ankunft meldeten wir uns bei dem Fahrer und erhielten von diesem den Tag, an dem er in der näheren Umgebung von unserem Hotel Lieferungen durchführt. Weiterhin die Zusage, dass er an diesem Tag anruft und eine Uhrzeit sowie den Treffpunkt vorschlägt.

Wie versprochen kam an dem vereinbarten Tag der Anruf mit den nötigen Informationen. Die Anfahrt zum vorgeschlagenen Treffpunkt dauerte weniger als 30 Minuten. Das Treffen und die Betankung verliefen absolut problemlos.

Für uns ist dieses Verfahren eine deutliche Verbesserung der Lebensqualität und Flexibilität auf Reisen bei minimalem

Aufwand für alle Beteiligten. Die außergewöhnliche Freude über die dadurch gewonnene Unabhängigkeit ist für Nichtbetroffene kaum nachvollziehbar.



Unbeschwerter Urlaub mit dem Reisetank

O₂-Therapie ohne störende Hautreizungen

NEU

Nasal/Oral-Brille (vormals Oxynasor)

Die Nasal/Oral-Brille ist die einzige Nasenbrille, die bei Verkrustungen oder starken Reizungen nicht in die Nase eingeführt werden muss, sondern am Naseneingang platziert wird. Die Sauerstoffzufuhr ist sowohl über die Nase als auch über den Mund möglich.



PZN 742 375 5

schonend – da der Kontakt mit der Nasenschleimhaut vermieden wird

effektiv – da der Sauerstoff durch Mund und Nase inhaled wird

sicher – durch die Drei-Punkt-Fixierung

Sauerstoffnasenbrille aus weichem Kraton

Weiche Kraton-Nasenspitzen verhindern bei Überempfindlichkeit allergische Reaktionen am Naseneingang –
die Nase wird geschont.



Für Erwachsene
PZN 336 730 4

Für Kinder
PZN 336 785 3

Für Säuglinge
PZN 336 731 0

O₂-Therapie ohne Stolperfallen

Swivel Verbindungsstück

Ein kleines Zwischenstück „Swivel“ verhindert Verdrehungen des O₂-Schlauches.



Swivel Verbindungsstück m/f zwischen Sauerstoffgerät und Schlauch
PZN 336 727 3



Swivel Verbindungsstück m/m zwischen 2 Schläuchen
PZN 336 729 6

Erhältlich in Apotheken, Sanitätshäusern oder in unserem Onlineshop www.shop.cegla.de



R. Cegla GmbH & Co. KG

Horresser Berg 1 · 56410 Montabaur · 02602-92 13-13
www.sauerstoffnasenbrille.de · info@cegla.de

Mitnahme von Sauerstoff im Pkw

Als Privatperson unterliegen Sie bei der Mitnahme von Medizinprodukten und Arzneimitteln für Ihren persönlichen Gebrauch keinen Vorschriften nach dem Gefahrgutrecht. Der Transport von Gefahrgut (in Ihrem Fall das gefüllte Kryo-Gefäß – der Sauerstoff-Tank- zum Transport von Sauerstoff – u. a. CONOXIA® für medizinische Zwecke und die gefüllte Druckgasflasche für medizinische Zwecke) durch Privatpersonen unterliegt nicht den Vorschriften der Verordnung (ADR). Sie sind somit freigestellt.

Alle anderen Vorschriften bezüglich:

- Ladungssicherung (gegen Umfallen, Kippen, Verrutschen),
 - ausreichende Belüftung der Fahrzeuge (Fenster leicht öffnen),
 - Rauchverbot, Verbot von offenem Feuer und Licht sowie
 - Verbot von Kontakt mit Öl, Fett und Cremes, Salben
- müssen jedoch beachtet werden.

Zu Ihrer Sicherheit und zur Sicherheit anderer Verkehrsteilnehmer sind jedoch folgende Hinweise von Ihnen zu beachten:

Allgemeine Gefahrenhinweise

- Sauerstoff selbst, ist nicht brennbar.
- Sauerstoff fördert jedoch Verbrennungsvorgänge, die ab einer erhöhten Konzentration explosionsartig ablaufen können!
- Sauerstoff darf nicht mit Öl, Fett, Cremes, Salben in Kontakt kommen, da es aufgrund einer chemischen Reaktion zur Selbstentzündung kommen kann.
- Flüssiger Sauerstoff in den Tanks ist tiefkalt (-183 °C), ein Kontakt mit der Haut führt zu Kälteverbrennungen.
- Gasförmiger Sauerstoff in Druckgasflaschen hat 200 bar Überdruck.

Sauerstoff im Fahrzeug

Bitte sorgen Sie auch während der Fahrt für eine ausreichende Belüftung des Fahrgastraumes. Schalten Sie die Sauerstoffabgabe

des Standgerätes unbedingt ab, wenn Sie dieses im Fahrzeug belassen und nicht anwesend sind.

Wählen Sie einen Ihrer Fahrzeuggröße entsprechenden Tank (21, 31, 41 Liter), damit Sie Ihr Tragegerät noch im Fahrzeug befüllen können (ausreichende Innenhöhe). Höhen: 21 Liter = 70 cm / 31 Liter = 83 cm / 41 Liter = 98 cm. Mobiles Tragegerät 1,2 l = 40 cm + jeweils 10 cm für das Auf- und Absetzen. Oder einen Side-fill-Tank.

Ladungssicherung „Flüssiger Sauerstoff“

Sie sind bei der Mitnahme von Medizinprodukten für deren ausreichende Sicherung im Fahrzeug verantwortlich.

Aufgrund der verschiedenen Fahrzeugtypen kann an dieser Stelle keine Empfehlung gegeben werden, an welchen Punkten sie diese in Ihrem Fahrzeug befestigen können. Die Homecare-Service-Fahrer unterstützen Sie gerne vor Ort dabei. Verwenden Sie zur Sicherung bitte handelsübliche



20-Liter-Reisetank



Transport von Gasdruckflaschen



Stückliste

Birke Multiplex	405×405×19 mm	1 ×
Birke Multiplex	405×405×6 mm	1 ×
V2A Vierkantrohr	65×40×40 mm	1 ×
V2A Lasche	40×20×20 mm	1 ×
V2A Schraube M	10×50 mm	1 ×
V2A Vollmaterial	215×20×20 mm	2 ×
V2A Gewinde M	8×70 mm	2 ×
V2A Drehknopf M8	8×30 mm	2 ×
Spanngurt		1 ×

Einbau oder Bausatz auf Anfrage



Aufhängung für Mobilteile



Transport eines Mobilteils auf dem Motorrad

Spanngurte. Sowohl die Tanks als auch die mobilen Sauerstoffflaschen müssen so in Ihrem Pkw gesichert sein, dass ein Umfallen oder Verrutschen bei normalen Bedingungen nicht möglich ist. Sie dürfen nur in aufrechter Position transportiert werden (Ausrichtungspfeile beachten).

Ladungssicherung „Sauerstoff in Flaschen“

Flaschen dürfen liegend transportiert und bis zu sechs Stück (2,0-Liter-Flaschen) mitgenommen werden, möglichst in einer Transportkiste. Unbenutzte Flaschen mit Gewinde für die Verschlusskappen dürfen nur mit aufgeschraubter Verschlusskappe transportiert werden.

Druckgasflaschen dürfen nicht mit angeschlossenem Druckminderer verwendet werden, die medizinische Versorgung aus diesen Flaschen ist im Fahrzeug jedoch unter Berücksichtigung der oben genannten Sicherheitsvorschriften möglich. Prüfen Sie bitte, ob die Ventile von unbenutzten Flaschen geschlossen und dicht sind.



Befestigung des Überlaufs mit Klettband

Wenn möglich, sollten Sie Flaschen, die Sie gerade nicht benutzen, nicht im Fahrgastraum, sondern im Kofferraum transportieren.

Axel Hohenlohe

Leiter Fahrdienst Deutschland
Linde Gas Therapeutics GmbH

Zwei in einem. CYPRESS

home care



CYPRESS – Pneumatisches Sauerstoff-Sparsystem mit integriertem Druckminderer

- gleiche Therapiewirkung wie bei kontinuierlicher Sauerstoff-Zufuhr
- Sauerstoff-Ersparnis im Verhältnis 3:1
- keine Kosten für Batterien oder Akkus
- HMV-Nr.: 14.24.05.8002
- T: 040-5 47 02-100, weinmann.de

Ein Tag als Servicemitarbeiter

05:00 frühmorgens. Ein schreckliches Geräusch reißt mich aus den Träumen. Der Wecker. Beim zweiten Anlauf schafft er es sogar, mich wach zu bekommen. Verschlafen setzt' ich einen Kaffee auf und begeben mich ins Bad. Sobald ich fertig bin, duftet die ganze Küche nach dem Wachmacher. Langsam erwachen die Lebensgeister und ich fange an, mich auf den heutigen Tag zu konzentrieren. Kurz vor sechs Uhr überlege ich, was ich für heute alles benötige und ob ich auch alles dabei habe. Papiere, Geräte, Telefon, Headset und, und, und ... Ja, alles ist soweit in Ordnung und ich bin damit startklar.

Gut, dann ab die Post, zu meinem ersten Patienten. Der wartet bereits auf mich, wie jede Woche um diese Zeit. Pünktlich um halb acht klingelt's dann auch bei ihm. „Guten Morgen, wie geht's Ihnen heute? Alles in Ordnung?“ Ein kurzes Gespräch, bevor er mir sagt, seine Sauerstoffbrille sollte ausgetauscht werden. Kein Problem, ich habe ja verschiedene dabei, das erledige ich sofort. Dann nehme ich den O₂-Behälter, den Tank mit an mein Lieferauto und fülle ihn wieder auf. Währenddessen leere ich die Kondenswasserflasche, prüfe die Anschlüsse, Flowregler und Dichtungen, reinige den Behälter usw. Alles o. k. Super, dann jetzt den Papierkrieg: Tagesbericht und Lieferschein ausfüllen, elektronische Datenerfassung bedienen, die gewünschte Sauerstoffbrille einstecken, mein Patient benötigt ja eine neue. Schon ist die Befüllung abgeschlossen, ich bringe den Tank wieder zu ihm zurück und verabschiede mich nach einer eingeholten Unterschrift. Super gelaufen, denke ich, so darf es weiter gehen.

Kleines Unglück

Doch schon bei meiner dritten Anfahrtsstelle öffnet mir die Patientin die Tür mit den Worten: „Mir ist da was passiert.“ Ich

denke nur: „Hoffentlich nix Schlimmes“ und frage höflich nach. Daraufhin erklärt sie mir, ihr Enkel wäre gestolpert und gegen den Tank gefallen. Dabei ist der Perl-anfeuchter zu Bruch gegangen, sie bräuchte wieder einen als Reserve. Puh ... nix Wildes, dem Enkel ist auch nichts passiert. Gerne bringe ich ihr mit dem gefüllten Tank auch einen Perl-anfeuchter mit. Nach einer schnellen Tasse Kaffee, die sie mir anbietet, geht es nun weiter zum nächsten Patienten.

Dieser bekommt heute sein Sauerstoffsystem geliefert, kennt sich logischerweise noch nicht damit aus. Das ist nun meine Aufgabe. Nach einem kurzen Kennenlernen beginnen wir uns über das System, seine Handhabung sowie die besonderen Tricks und Kniffe zu unterhalten. Da das Interesse seinerseits enorm ist, fällt es mir sehr leicht, ihm alles zu erläutern, speziell die Handhabung und Befüllung des tragbaren Gerätes sind für ihn sehr wichtig, da er oft außer Haus ist. Nach einer knappen Stunde sind wir soweit, dass ich mir sicher sein kann, er hat es verstanden und kommt auch damit klar. Ein tolles Gefühl, einem Menschen, der Hilfe braucht, diese auch geben zu können. Er verabschiedet mich und erklärt mir noch, welcher Nachbar zur Not einen Schlüssel zu seinem Häuschen

hat, falls er mal nicht da wäre. So, jetzt aber weiter, die nächste Patientin wartet schon ungeduldig, hat bereits in der Zentrale angerufen und mitgeteilt, dass sie in einer halben Stunde zu einem Arzttermin muß. Trotz einer gesperrten Straße und Umleitung schaffe ich es gerade noch rechtzeitig, sie zu beliefern, bevor ihr Mann, der bereits im Auto wartet, sie zum Facharzt bringt. Die nächsten Patienten beliefe ich wie gewohnt, bringe die Zeitung mit nach oben, ich weiß ja, dass die Dame schlecht zu Fuß ist, nehme mal einen Brief mit und werfe ihn ein, je nachdem, welche Hilfe ich leisten kann, mache ich das gerne, die Krankheit meiner Patienten immer im Hinterkopf.

Suche nach den Patienten

Gegen Mittag erreiche ich meinen elften Patienten nicht, er öffnet nicht, geht nicht ans Telefon, meine Disposition hat keine Information über seinen Verbleib. Es hilft nichts, er benötigt seinen Sauerstoff, also versuche ich, über Nachbarn etwas herauszufinden. Beim vierten Versuch habe ich Glück, die Dame weiß, dass er für drei Wochen auf Reha ist, aber warum wissen wir das nicht? Er hat wohl vergessen, Bescheid zu geben, dass wir erst in drei Wochen liefern können, da er nicht zu Hause ist. Nun, es hat leider eine halbe Stunde gekostet das rauszufinden, aber immerhin wissen wir das jetzt und können weiter planen. Ein kurzes Telefonat mit unserem Büro beschert mir noch einen Sonderauftrag. Ein Patient hat sein Mobilgerät fallen lassen und muss aber noch weg, er bittet darum, dass wir es heute noch austauschen, wenn möglich. Heute ist das möglich, er wohnt nämlich in einem Ort, der direkt auf meinem Weg liegt – zwischen meinem vorletzten und letzten geplanten Patientenbesuch für heute. Er freut sich riesig, als ich zwei Stunden und vier Befüllungen später bei ihm eintreffe, und entschuldigt sich vielmals, worauf ich zu ihm sage, dass ich gerne möglich mache, was möglich ist, um ihm zu helfen.

Kontrolle verzögert Tagesplan

Heute war es der Optimalfall, da es auf dem Weg lag und schneller als zwei Stunden ist kein Kurierdienst. Mit diesem Gedanken steige ich wieder in den Wagen und stelle fest, dass ich mich jetzt aber späten muss, ich habe ja noch eine Lieferung vor mir und



Gut gelaunt beginnt die Tour...



...und die erste Patientin erwartet mich schon

WICHTIGE INFORMATIONEN FÜR IHREN SAUERSTOFFLIEFERANTEN

Hier brauchen die „Versorger“ Ihre Hilfe

1. Teilen Sie bitte mit, wenn Sie ins Krankenhaus gehen und melden Sie sich rechtzeitig, ab wann Sie wieder beliefert werden wollen.
2. Teilen Sie bitte mit, wenn für Sie eine Reha geplant wird und wann diese stattfinden soll.
3. Teilen Sie bitte mit, wenn Sie in Urlaub fahren möchten; um die Organisation einer Urlaubsversorgung zu ermöglichen, bitte vier Wochen vor Urlaubsbeginn melden.
4. Teilen Sie bitte mit, wenn sich Ihre Therapiedaten (Flow/Dauer) und damit Ihr Sauerstoffverbrauch ändern.
5. Teilen Sie bitte mit, wenn Sie beabsichtigen, Ihre Krankenkasse zu wechseln bzw. bereits gewechselt haben.
6. Teilen Sie bitte mit, wenn Sie von der gesetzlichen Zuzahlung durch Ihre Krankenkasse befreit wurden (Kopie der Befreiung einsenden). Achtung: die Befreiung erfolgt jedes Kalenderjahr neu!
7. Versuchen Sie bitte, Ihre Arzttermine nicht auf Ihren Liefertag (Flüssigsauerstoffkunden) zu legen bzw. sich den Lieferzeitraum freizuhalten.
8. Beachten Sie bitte, dass Ihre Lieferfirma für Druckgasflaschenlieferungen immer ein Rezept zur Abrechnung mit Ihrer Krankenkasse benötigt und besorgen Sie dieses – wenn – möglich bereits vor Lieferung.
9. Reichen Sie bitte Folgeverordnungen bzw. Anlagen für Verlängerungen Ihrer Sauerstoffversorgung immer zeitnah nach Anforderung bei Ihrer Lieferfirma ein.
10. Rufen Sie bitte außerhalb der Geschäftszeiten nur in wirklichen Notfällen an.

muss auch noch rechtzeitig im Lager sein, um meinen Sauerstofftank aufzufüllen, denn dieser wird ja noch einer Analyse unterzogen, damit die Reinheit als medizinischer Sauerstoff gewährleistet ist.

Und kaum habe ich diesen Gedanken zu Ende gedacht, überholt mich eine Polizeistreife, setzt sich vor mich und winkt freundlich mit der Kelle. Mein erster Gedanke: Schei ... Mein zweiter Gedanke: Egal, ist doch alles o.k.: Führerschein, Fahrzeugschein, Tankpapiere, Ladungssicherung, Beleuchtung, Reifen ... es gibt nichts zu beanstanden. Und tatsächlich, nach fünf Minuten bin ich auf dem Weg zur letzten Lieferung für heute, ohne Stau, dafür pünktlich, wie geplant gegen vier Uhr. Super, beide Behälter beim Patienten befüllt, Sterilwasser und Sauerstoffbrillen geliefert, alles in Ordnung. So, jetzt aber nichts wie ab ins Lager. Dort angekommen, lade ich zuerst meinen Tank aus, lasse ihn füllen und analysieren. Sobald dies geschehen ist, lade ich ihn wieder ein, befestige ihn und die restlichen Ladegüter und begeben mich zum Büro, wo der Papierkram noch auf mich wartet. Meine Lieferscheine von heute werden erwartet, die für den nächsten Tag sind bereits für mich bereitgelegt. So funktioniert das am besten, im Team! Nach einer kurzen Besprechung über Neuigkeiten und Änderungen, die wir noch nicht telefonisch untertags abarbeiten konnten, mache ich mich gegen 18:00 Uhr auf den Weg nach Hause. Nach einem Arbeitstag mit fast 500 Kilometern Fahrstrecke und am Ende vielen zufrieden gestellten Patienten bin ich wieder zu Hause und denke, wie fast jeden Tag: Es ist früh, wenn ich gehe, und reichlich spät, wenn ich komme, doch die Gewissheit, diesen heute besuchten Menschen ein Stück weit in ihrem Leben geholfen zu haben, ist es allemal wert, diese Zeit in seinen Beruf zu investieren, denn gerade dieser Beruf ist auch eine Berufung!

Dies ist ein Tag von Servicemitarbeiter Jürgen Weimer
Der Firma Schnürle und Kurz
im Dienste der Vivisol Deutschland GmbH

„Das Schönste am Problem ist die Lösung“

Suchen Sie nach einer Nasenbrille die immer weich bleibt?

- ✓ eine Nasenbrille, die geruchlos und frei von Weichmachern ist - **statt nach PVC zu riechen und krebserregende Weichmacher zu enthalten**
- ✓ eine Nasenbrille, die Dank des elastischen Silikonmaterials Hautreizungen verringert - **statt Reizungen auszulösen**
- ✓ eine Nasenbrille, die auskochbar ist und mindestens ein Jahr lang hält - **statt alle 2 Wochen ausgetauscht zu werden und jede Menge Abfall produziert...**

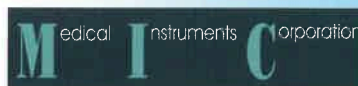


Die Everest Silikonnasenbrille -
wählbar zwischen 2 Längen -
bietet Ihnen all diese Vorteile

- ✓ einen geraden austauschbaren Nasensteg
- ✓ 1,20 m langen einlumigen Schlauch - oder
- ✓ 1,80 m langen einlumigen Schlauch
- ✓ kompatibel mit Dauerflow
- ✓ Flussrate von 1 bis 5 Liter zugelassen
- ✓ auskochbar - somit keimfrei wiederverwendbar

Preis: 6,00 Euro
Preis: 26,00 Euro
Preis: 30,00 Euro
Preise incl. MwSt.

NEU ! ab Oktober 2010 bei uns erhältlich:
O2 Verlängerungsschlauch aus Silikon Länge 12 Meter
knickresistent und auskochbar



Medical Instruments Corp. GmbH
Mindener Straße 86
32049 Herford
Tel.: 05221 122 53-0
Email: micgmbh@t-online.de
www.oxyarm.de

Mobil mit Sauerstoff

Immer nur zu Hause sitzen oder mal eben einen kleinen Spaziergang, das war mir – und vor allem meiner Frau – zu wenig. Da im Freundeskreis viel geradelt wird, kam die Idee auf: Warum nicht wieder radeln, wo es doch so hilfreiche Elektroräder gibt? Die E-Räder sind ja inzwischen keine Besonderheit mehr für Ältere und Behinderte, sondern sind ein regelrechter Trend geworden.

Nach einigem Suchen und Probefahren kam die Entscheidung: Das unterstützte Fahrradfahren ist das Richtige für mich.

Und diese Entscheidung habe ich noch nicht bereut. Ausgestattet mit dem Sauerstoffbehälter in der Tragehilfe oder in der Fahrradtasche, bin ich wieder an der frischen Luft unterwegs. Der Fahrradträger am Auto stammt noch aus der Zeit „ohne Stoff“, so dass ich sogar in Bad Reichenhall per Rad zum Patientenkongress fahren konnte. Denn hier gibt es Radwege, die ohne große Anstrengung zu fahren sind und auch mal abseits der Straßen führen.

Nicht nur an der Ostsee bin ich bereits geradelt, mit kurzen Pausen und längerem Rasten, aber immer in dem Bewusstsein, die

Unterstützung des Elektromotors hilft beim Heimfahren. Auch in der Heide haben wir Ausflüge gemacht, die mir ohne E-Rad nicht möglich gewesen wären. Und zu Hause in Kassel und Umgebung gibt es Radwege ohne große Steigungen, die wir „Schnüffler“ erfahren können. In der Gruppe LOT Nordhessen gibt es inzwischen Überlegungen, gemeinsam zu radeln, das Interesse auch gerade der Angehörigen ist stark, denn an einem verabredeten Treffpunkt können auch diejenigen gemeinsam Kaffee trinken, die nicht radeln, sondern zu Fuß oder mit dem Auto kommen.



Ausflug bis ans Meer



Mit dem Sauerstoff im Rucksack...

Für mich beim „Genussradeln“ ganz wichtig: keine Zeitvorgaben, kein Ziel, das auf Biegen und Brechen erreicht werden muss, und die Abfahrtsstelle möglichst am niedrigsten Punkt des Ausfluges, so dass ich



Größte Anstrengung ist die fachgerechte Befestigung auf dem Fahrradträger



...immer auf Tour

jederzeit zurückfahren kann. Und niemals allein auf große Tour! Zugegeben, das ist auch beim Verladen des Rades wichtig.

Gerhard Kulpe,
stellv. Gruppenleiter LOT Nordhessen

Mit Sauerstoff durch Israel

Gerne möchte ich meine Erfahrungen über diese außergewöhnliche und sehr beeindruckende Rundreise durch Israel in 15 Tagen weitergeben.

Mein Sohn hat mir diese Reise geschenkt und fuhr als Begleitperson mit. Ich sollte nur alles, was nötig dazu ist, vorbereiten und organisieren.

Nun, als „geschulter LOT-Patient“ weiß man ja, lange vorher damit zu beginnen. Der Pulmologe gab seine Zustimmung. Über ein halbes Jahr vorher begann ich im Reisebüro, die für mich möglichen Touren verschiedener Anbieter (ohne Inlandsflüge/Grenzübergänge zu anderen Ländern) herauszusuchen. Dann begann der eigentliche Teil der Arbeit.

Hierfür möchte ich Frau Tenzler und Frau Thomä vom Reiseland Leipzig recht herzlich danken. Durch sie habe ich mich rundum gut beraten und unterstützt gefühlt. Ihr Interesse an mir und wie ich diese Studienreise als LOT-Patient erleben und „überstehen“ werde, galt auch noch für die „Nachbetreuung“. Mit gutem Gewissen kann ich dieses Reisebüro anderen Betroffenen meiner Region empfehlen. Sie werden es nicht bereuen.

Nun zur Rundreise und ihren Problemen selbst: Es musste als erstes ein Reiseveranstalter gefunden werden, der es erlaubt und ermöglicht, einen O₂-Tank im Rundreisebus mitzunehmen. Studiosus und Phoenix gaben die telefonische Zustimmung (andere nicht!). Ich entschied mich

für eine Reiseroute von Studiosus, sie war umfassender, aber etwas geruhvoller. Also besser in Bezug auf meine Kräfte und natürlich wollte ich so viel wie möglich kennenlernen von diesem heiligen und doch so konfliktreichen Land. Die Zeit und Dauer der Reise standen nun fest. Mein O₂-Lieferant Vivisol erklärte sich bereit, mir für den Flug zwei kleine Sauerstoffzylinder bereitzustellen und das sogar kostenlos.

Da es für Israel keinen Anbieter für Sauerstoff gibt, wandte ich mich an das Reisebüro Wasserburg, Am Marienplatz. Da ist für uns „LOT's“ die letzte Möglichkeit. Nach einiger Zeit kamen die schriftliche Zusage und das Angebot. Nun ja, billig war es nicht gerade, aber der einzige Weg, den Urlaub antreten zu können.

Nachdem auch das geklärt war, setzte ich die nötigen Schreiben auf in deutsch und übersetzt ins Englische. Vom Reisebüro erfrage ich die nötigsten Daten für: Fluggesellschaft, Flugnummer, Adresse, Telefon, An- und Abreisehotels, Name, Adresse, Telefon, RB vor Ort – Sauerstofftransport, Bus / entstehen dadurch zusätzliche Kosten? Name, Adresse, Telefon. Außerdem brauchte ich Schreiben für: Botschaft Israel in Berlin, Pulmologe. Den Mitteilungen legte ich außerdem die Daten und Warnhinweise (auch deutsch/englisch) der mitführenden tragbaren O₂-Geräte oder des Tanks vor Ort bei. Von allen Adressanten erbat ich eine schriftliche Antwort und den Namen einer Verbindungsperson (wichtig!).

Das klingt alles sehr einfach, doch es gingen mehrfach Briefe/Telefonate hin und her, ehe ich die nötigen Unterschriften bekam. Erst dann fühlte ich mich rechtlich abgesichert. Relativ kurz vor Beginn der Reise braucht man das Einverständnis des Pulmologen, medizinisch nötige Unterlagen sowie das Ausfüllen vom Schreiben für die Fluggesellschaft (Betreuungshinweise).

Nun hatte ich mir die Reise redlich verdient. Eine große Mappe mit allen Papieren (zweispachig) führte ich ständig auf der Reise im Rucksack mit mir. Mit dem Sauerstoffrucksack von Vivisol klappte alles wunderbar bis hin zum Anreishotel in Tel Aviv, wo der Tank bereits stand.

Mein Sohn hatte etliche Kraftakte zu vollbringen, die Koffer und die beiden Tanks im Bus am nächsten Tag zu stationieren. Besonders beschwerlich waren die engen Stufen im Bus. Mit den Personensitzgurten und noch eigenen Gurten (zweifache Sicherung!), die wir mitnahmen, hielten die Tanks prima fest.

Die Reise wurde zum einmaligen Erlebnis. Ich habe jeden Augenblick genossen, den ich trotz meiner Krankheit erleben durfte und weitgehend konnte. Nochmals ein großes DANKE an meinen Sohn und die anderen Helfer.

Eines noch: Planen Sie auf einer Israelreise eine öftere und umfangreiche Kontrolle unserer mitgeführten Gerätschaften sowie den zugehörigen Papieren ein. Ein Reiseleiter neben sich zum Übersetzen und Erklären tut Not.

Johanna Seidel



Vor herrlichem Ausblick



Ziel erreicht



Anstrengend, aber erlebnisreich

Nach 13 Jahren Wiedersehen in der Heimat

13 Jahre war die Sauerstoffpatientin Gülan Benli nicht mehr in der Türkei. Immer wieder hat sie versucht, eine Reise in ihre Heimat zu organisieren. Bisher waren ihre Bemühungen an logistischen Problemen gescheitert, da in der Türkei keine Flüssigsauerstoffversorgung sichergestellt werden konnte. Erschwerend kam hinzu, dass Fliegen für die Patientin aus gesundheitlichen Gründen zu riskant war.

Nachdem niemand Frau Benli bei der Reiseorganisation behilflich sein konnte, startete die Sauerstoffpatientin Anfang des Jahres einen Hilferuf an ihren Versorger. Seit 2004 wird Frau Benli mit Flüssigsauerstoff von Linde beliefert. Zunächst hielt man ihr Anliegen für eine Routine-Anfrage an das Reisebüro. In Zusammenarbeit mit einem Reisebüro bietet Linde Gas Therapeutics nämlich seinen Patienten einen Sauerstoff-Reiseservice an. Aufgrund der mangelhaften Flüssigsauerstoffversorgung vor Ort konnte aber auch das Reisebüro nicht weiterhelfen.

Es wurde intern nach einer Lösung gesucht. Frau Benli benötigte für ihren Urlaub eine Flüssigsauerstoff-Vollversorgung für drei Wochen. Dafür stellte ihr Linde Gas Therapeutics zwei zusätzliche Sauerstoffbehälter und ein mobiles Tragegerät zur

Verfügung. Damit war eine Sauerstoffversorgung während der Autofahrt und am Urlaubsort sichergestellt. Das Einzige, worum sich Frau Benli kümmern musste, war ein geeignetes Fahrzeug für den Transport von vier Sauerstoffbehältern.

Am Abreisetag schickte Linde Gas Therapeutics einen Servicefahrer zu der Patientin, damit er die zu transportierenden Behälter im Fahrzeug vorschriftsmäßig sichern und die Familie hinsichtlich der Sicherheit unterweisen konnte. Dann begann die aufregende Fahrt in die Heimat. Frau Benli war beunruhigt, da sie Angst hatte, mit den Sauerstoffbehältern nicht über die Grenzen zu kommen. Sowohl die abenteuerliche Reise durch den Balkan, wo sie mehrmals angehalten wurden, als auch die Fahrt über die Grenzen verlief ohne Zwischenfälle, da Frau Benli mit allen notwendigen Papieren zum Mitführen von Sauerstoffbehältern ausgestattet war.

Nach drei Tagen Autofahrt erreichte die Familie endlich ihr Ziel – Izmir in der Türkei. Natürlich war die Wiedersehensfreude mit der Familie riesig. Für Frau Benli war es ein überwältigendes Gefühl, ihre Mutter nach 13 Jahren in die Arme schließen zu können. Alle Verwandten und Bekannten, die von Frau Benlis Besuch gehört hatten, kamen, um sie zu treffen. Immer wieder

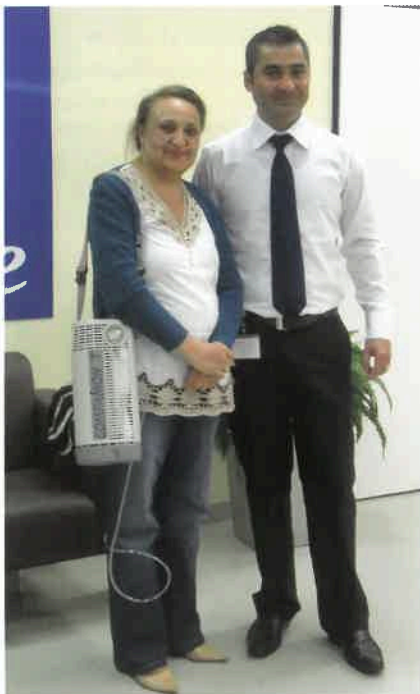
* Die „Post“ ist eine deutsch-türkische Monatszeitung, die seit einem Jahr in sieben Regionen in Deutschland erscheint. Mit einer monatlichen Auflage von über 500.000 Exemplaren ist die Post die auflagenstärkste deutsch-türkische Zeitung. Erschienen am 12. Oktober 2010, Region Bayern, Auflage: 75.000.

** TGRT Europe ist der erste deutsche Sender mit türkischsprachigem Familien- Vollprogramm. Die Verbreitung des Programms erfolgt u. a. über Satellit (Türksat 2 A). Mit einer technischen Reichweite von fast 80 Prozent erreicht TGRT Europe eine hohe signifikante Größe deutsch-türkischer Haushalte. Erste Ausstrahlung am 12. Oktober 2010 gegen 20 Uhr.

fragte sich Frau Benli, ob das alles nur ein Traum sei. Sie konnte ihr Glück kaum fassen. Drei Wochen lang konnte Frau Benli ihren Urlaub an der Ägäis genießen und sogar bei strahlendem Sonnenschein im Meer baden. Der Höhepunkt der Reise war schließlich Frau Benlis Geburtstag, der mit der ganzen Familie groß gefeiert wurde.

Auf dem Rückweg nach Hause besuchte Frau Benli mit ihrer Familie Linde Gas Therapeutics in Unterschleißheim. Auch die türkische Zeitung „Post“* und der türkische Fernsehsender T GRT EU** waren an diesem Tag vor Ort, um von der gelungenen „Sauerstoff-Reiseaktion“ zu berichten. Frau Benli erzählte freudestrahlend von dem Wiedersehen mit ihrer Mutter, ihren Verwandten und ihrem Geburtstag, den sie nach langer Zeit gemeinsam mit Familie und Freunden in der Heimat feiern konnte. Insgesamt ist die Familie in den drei Wochen knapp 8.000 Kilometer mit dem Auto gefahren. Die Strapazen der Autofahrt hat die Familie aber gerne auf sich genommen, erzählt uns einer der Söhne. Schließlich konnten sie so ihrer Mutter ihren lang gehegten Wunsch erfüllen.

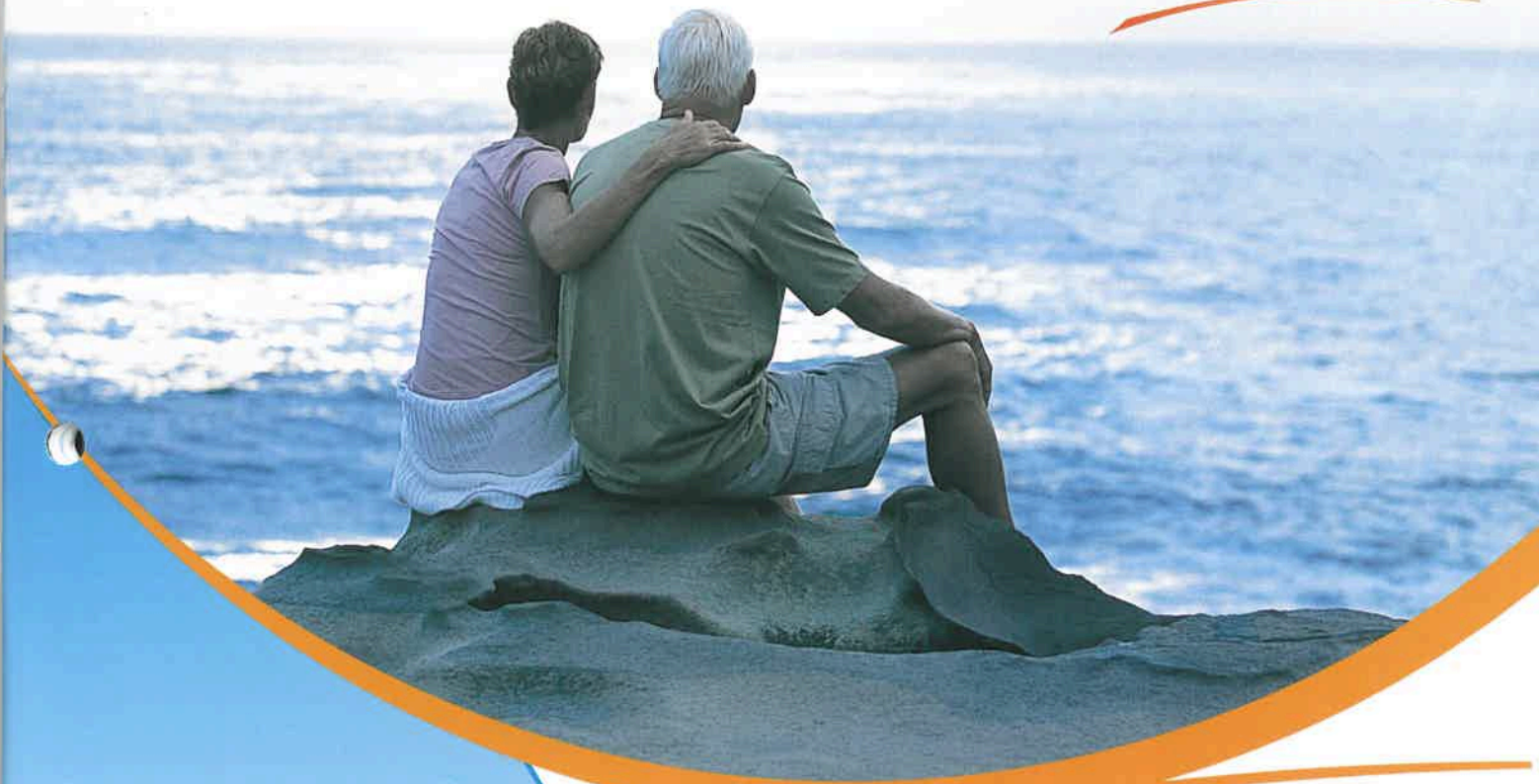
Jin-A Yang
Communications
Linde Gas Therapeutics



Endlich angekommen



Freude in der ganzen Familie



- **Sauerstoff-Langzeittherapie**
- **Heimbeatmung**
- **Schlafapnoe-Therapie**
- **Monitoring**

Mehr Lebensqualität – mit dem Service von VitalAire.

Als bundesweit tätiges Dienstleistungsunternehmen im Gesundheitswesen hat sich VitalAire auf die respiratorische Heimtherapie spezialisiert.

Unser Ziel ist es, gemeinsam mit Ärzten die Lebensqualität der Patienten zu verbessern.

Servicetel. 0800/2 51 11 11*

Servicefax 0800/2 02 02 02*

www.vitalaire.de · info@vitalaire.de

*gebührenfrei

Urlaub auf der „Bärenburg“ im Landgasthof in Nüdlingen/Haard

Das Reisebüro am Marienplatz in Wasserburg organisierte in Zusammenarbeit mit der Firma Linde Gas Therapeutics eine Gruppenreise für Sauerstoffpatienten vom 7. bis 13. Juni 2010 in die „Bärenburg“ im Landgasthof in Nüdlingen/Haard.

Wir wohnten im kleinen gemütlichen Landgasthof, der all unsere Erwartungen übertraffen hat. Er verfügt über einen ebenerdigen Fahrstuhl, klimatisierte Räume, modern ausgestattete Zimmer, eine ausgezeichnete Küche und zuvorkommendes Personal unter Leitung der Familie Rainer Virnekäs, welches alle Wünsche erfüllt.

Die Firma Linde Gas Therapeutics stellte die Behälter und den Flüssigsauerstoff zur Verfügung. Die Anreise der Teilnehmer erfolgte individuell.

Zur Begrüßung durch unsere Reiseleiter Manuela und Wolfgang Röhlinger versammelte sich unsere Reisegruppe um 15.00 Uhr. Beim ersten gemeinsamen Abendessen in der „Bärenburg“ erhielten wir mit ausgewählten Dias durch Dr. Becker und Mitgliedern des Fotokreises Münnerstadt erste wertvolle Informationen, Hinweise und Tipps über die Region Münnerstadt, Röhn und Umgebung, wie dies nur von Einheimischen möglich ist.

Manuela Röhlinger hatte für uns alle noch ausgewählte Reisetipps für die Umgebung mit Anfahrt und sehenswerten Dingen zusammengestellt, die wir individuell in unserer Freizeit besuchen konnten.

Am Dienstag gestaltete jeder Reisetilnehmer den Tag nach seinen Wünschen bis zur Abfahrt unseres Busses ins nicht weit

entfernte Weindorf Ramsthal in das Kellergewölbe des Weinbauern Keller. Herr Keller unterhielt uns leidenschaftlich zum Thema „Wein im Gebiet der Franken und insbesondere der Rhön“. Eine Probe verschiedener Weine der Winzerei Keller und eine deftige Brotzeit aus eigener Produktion trug zur ausgelassenen Stimmung bei und alle Teilnehmer lernten sich besser kennen.

Am nächsten Tag führte uns unsere Reise in den weltbekannten Kurort Bad Kissingen. Wir machten einen kleinen „Stadtrundgang“ mit einer Dampferfahrt auf der fränkischen Saale und eine sehr erholsame und entspannende Ruhepause im Mediterra-Salzheilstollen Bad Kissingen.

Am Donnerstag nach dem Frühstück machte sich unsere Gruppe auf den Weg ins nahe gelegene Münnerstadt. In Münnerstadt ist es natürlich ein Muss, den weltberühmten Magdalenenaltar von Tilman Riemenschneider in der Stadtpfarrkirche zu besuchen. Münnerstadt besitzt eine einmalige historische Altstadt, die als Denkmalensemble unter Schutz gestellt ist. Die Stadt Münnerstadt hat sich zum Ziel gesetzt, ihre Altstadt zu erhalten und dort, wo Missstände vorliegen, zu sanieren. Dabei sollen u. a. auch die öffentlichen Freiflächen eine einheitliche, dem historischen Stadtgefüge angemessene Gestaltung aufweisen. Die historische Altstadt von Münnerstadt wurde uns vom sehr engagierten Münnerstädter Lehrer a. D., Franz Gock, in einer kurzweiligen interessanten Führung gezeigt. Am Nachmittag haben wir unter fachkundiger Anleitung von Wolfgang Röhlinger einige Übungen zum Lungensport für die

weitere Anwendung zu Hause erlernt. Der Kreuzberg, der „heilige Berg der Franken“, ist mit 928 Metern das höchstgelegene Ausflugsziel der bayerischen Rhön und war am Freitag unser Ziel. Auf dem dritthöchsten Berg der Rhön befinden sich mit dem Kloster Kreuzberg (Franziskanerkloster) mit eigener Klosterbrauerei und seinem bekannten Kreuzbergbier, den drei Kreuzen unterhalb des Gipfels, dem Sender Kreuzberg und zahlreichen Wanderhütten, Skiliften, Langlaufloipen und Rodelpisten sowie der Skisprungschanze „Kreuzbergschanze“ gleich mehrere der meistbesuchten und beliebtesten Touristenziele der bayerischen Rhön.

Pater Eberhard führte unsere Gruppe durch das Franziskanerkloster und erklärte die Geschichte der Anlage. Anschließend ließen wir uns im Biergarten das Klosterbier schmecken und verlebten bei bestem Wetter, welches wir von Anfang bis Ende unserer Reise hatten, schöne gemütliche Stunden.

An diesem Ausflug zum Kreuzberg nahm auch Sabine Schulte von Linde Gas Therapeutics teil. Sie konnte uns allen Interessantes über das Lebenselixier Sauerstoff vermitteln und unsere Fragen beantworten.

Am Abend traf sich unsere Gruppe wie an jedem Abend vollzählig zum gemütlichen individuellen Abendessen im Biergarten der „Bärenburg“. Dort bedankten sich Sabine Schulte, und eine Vertreterin unserer Gruppe für die außergewöhnlich liebevolle Betreuung durch das Ehepaar Röhlinger.

Am Samstagabend hatten wir noch einen landestypischen lukullischen Höhepunkt dieser Reise: Viele kannten den Begriff „Schäufele“ nicht – der Chef Rainer Virnekäs machte es möglich, nun wissen wir alle, wie lecker Schäufele ist und können es nur weiterempfehlen.

Wir bedanken uns bei der Firma Linde Gas Therapeutics und dem Reisebüro am Marienplatz in Wasserburg für die ausgezeichnete Organisation dieser Reise.

Das Interesse an der Teilnahme von Folgereisen ist bei allen Teilnehmern groß. Wir hoffen auf eine interessante Reise für das Jahr 2011.

Bericht von Vera Grahn



Stolz und gut gelaunt präsentierte man sich zum Gruppenfoto in Münnerstadt.

Ihr Füllwerk in München

*Oxyparat ist seit über 50 Jahren
Ihr kompetenter Partner rund um
den medizinischen Sauerstoff*



Oxyparat
Medizinischer Sauerstoff

Wir bieten Ihnen:

- eine freundliche und kompetente Beratung
- Bestellungen werden in der Regel noch am Eingangstag versendet
- Bundesweiter Füllservice im Versandsystem von Tür zu Tür
- Befüllung Ihrer Flasche in ca. 1 Stunde
- 24 Std. Füllservice für Rettungsdienste
- Individuelle Konstruktion von Geräten, nach Ihren Bedürfnissen
- TÜV-Abnahme & Reparaturservice

Erstes Sauerstoffhotel im Allgäu

Landhotel Seeg bietet ab Januar Sauerstoffversorgung

Die Idee besteht seit Jahren und bekam durch den glücklichen Kontakt von Ursula Krütt-Bockemühl zu Ralf Weiss, Leiter der erst kürzlich in Pfronten gegründeten Regionalgruppe der Dt. Sauerstoffliga LOT e.V., neuen Aufschwung. Die Bekanntschaft von Ralf Weiss mit Erich Ordner vom Landhotel Seeg führte nun zum ersten ‚Sauerstoff-Hotel‘ im Allgäu. Patienten, die auf eine dauerhafte Versorgung mit Sauerstoff angewiesen sind, können ab Januar ganz unkompliziert Urlaub in Seeg machen.



Idyllisch und im Grünen gelegen: Hotel Seeg

Garantiert wird das durch die Aufstellung eines Duo-Fill-Sauerstofftanks, der den Feriengästen frei zugänglich sein wird. „Bisher mussten wir selber eine Urlaubsversorgung planen und organisieren“, er-



Entspannen im großzügig dimensionierten Pool



Zimmer mit wohligerem Ambiente und Balkon

klärt Ursula Krütt-Bockemühl, stellvertretende Vorsitzende der Deutschen Sauerstoffliga LOT e.V.: „Für mich ist jetzt ein Traum in Erfüllung gegangen, den ich schon seit zehn Jahren träume. Ein Hotel mit ständiger Bevorratung.“ Auch Rita Laschinsky, Leiterin der LOT-Gruppe Ulm, sieht die Möglichkeit, „auch mal ein langes Wochenende in Seeg zu verbringen“, als große Chance.

Die Angebote, die die Patienten im Hotel Ordner vorfinden – so, wenn gewünscht ein Tank auf dem Zimmer, Fahrstuhl, ein Schwimmbad und Internet-Anschluss – seien ideal, freuen sich die Betroffenen: „Wir können uns körperlich nicht sehr belasten und sind daher auf eine optimale interne Struktur angewiesen.“

Wellness-Angebote, Bio-Frühstück und eine im Haus befindliche Bäder- und Massagepraxis sind nur einige der vielfältigen Angebote. Im Umkreis befinden sich u.a. die bayerischen Sehenswürdigkeiten wie Schloss Neuschwanstein, die Wieskirche und Füssen.

Keine Engpässe

Bei einem Besuch im Landhotel Seeg, konnten sich Rita Laschinsky, Elisabeth Kindle, Ralf Weiss und Ursula Krütt-Bockemühl von der LOT sowie Armin Käsbohrer, Yvonne Mainberger und Frank Edel von der Lieferfirma Vivisol Deutschland in einem Gespräch mit dem sehr engagierten Hotelier Erich Ordner von der freundlichen Atmosphäre und dem Interesse überzeugen. Erich Ordner hat spontan ja zu diesem

Projekt gesagt. „Die dauerhafte Sauerstoffversorgung sei durch einen Vertrag geregelt“, so Krütt-Bockemühl: „es werden auch ein mobiles Ersatzgerät sowie Verbrauchsmaterialien vorhanden sein, so dass keine Engpässe entstehen können.“

Auch Patienten, die auf der Durchreise sind, werden ab Januar nächsten Jahres ihr mobiles Sauerstoffgerät in Seeg auffüllen können. Bei einer Abfüllung wird das 2,50 Euro kosten; für Feriengäste ist der Sauerstoff im Zimmerpreis enthalten. Ursula Krütt-Bockemühl hat schon weitere Ideen:



Viele Anregungen und Pläne wurden diskutiert

Sie würde gerne Schulungen, Seminare und Patiententreffen im Landhotel Seeg organisieren.

Und schön wäre es, wenn weitere Hotels diesen Service anbieten würden. Ralf Weiss knüpft schon erste Kontakte nach Südtirol. Ursula Krütt-Bockemühl freut sich über jede Anfrage: augsbuerg@selbsthilfe-lot.de

KONTAKT

Landhotel Seeg, Erich Ordner
Wiesleutenerstr. 9, 87637 Seeg/Allgäu
Tel: 08364/88-0, Fax: 0 8364/88-608
E-Mail: info@landhotel-seeg.de
Homepage: www.landhotel-seeg.de



Der Mensch im Mittelpunkt

Neonatologie
Beatmung
Anästhesie
HOMECARE
Schlafdiagnostik
Pneumologie
Service
Patientenbetreuung

Für uns mehr als eine Aussage – ein **Auftrag**.

Nach unserer Meinung liegt der Schlüssel für eine erfolgreiche Zukunft im Menschen. Schließlich sind wir seit mehr als 20 Jahren in der Verantwortung, Patienten das wiederzugeben, was für andere so selbstverständlich ist – Lebensqualität.

Mit strategischen Investitionen, zukunftsorientierten Produktkonzepten und kontinuierlicher Personalentwicklung werden wir auch weiterhin von Bad Ems aus national und international eins vor allem anderen beherzigen: Wir begleiten Menschen und helfen Leben zu erhalten.

Heinen + Löwenstein
Arzbacher Straße 80
D-56130 Bad Ems
Telefon: 026 03/96 00-0
Fax: 026 03/96 00-50
Internet: hul.de

Erster therapeutischer Spaziergang

„Erster therapeutischer Spaziergang des Gruppenverbandes West am Möhnesee“ – unter diesem Motto stand eine Veranstaltung, die am 1. September 2010 an der Talssperre im Sauerland stattfand.

Angeregt durch die jährlich wiederkehrende Ammerseerundfahrt, beschloss der Gruppenverband West bei seiner ersten gemeinsamen Sitzung im Frühjahr 2010 auch für die Gruppen des Verbandes eine ähnliche Veranstaltung durchzuführen. Organisiert wurde dieser erste therapeutische Spaziergang mit Rundfahrt auf dem Möhnesee von Michael Golinske (Gruppenleiter Dorsten) und Mirko Vranes (Gruppenleiter Bünde und Soest). Teilgenommen haben Betroffene und auch Angehörige der Gruppen Bad Lippspringe, Dorsten, Hagen, Nordhessen, Oberhausen und Soest.

Die Gruppen reisten mit Bussen aus den verschiedenen Regionen gegen Mittag an. Einige nutzten während der Wartezeit auf die anderen schon die Gelegenheit und schauten sich auf der Staumauer um. Um 14.00 Uhr wurde das Schiff „geentert“ und wir starteten zu einer zweistündigen Rundfahrt. Dass die Veranstaltung so gut aufgenommen wurde, damit hatten wir nicht gerechnet. Gemeldet wurden uns 85 Teilnehmer, vor Ort waren aber 115 (!).

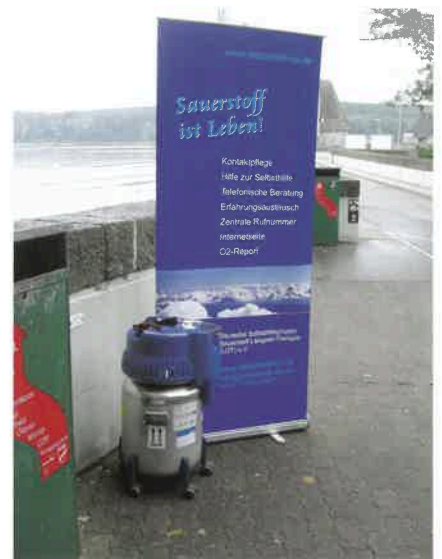
Die fehlenden Plätze an den eingedeckten Tischen wurden vom Kapitän des Schiffes und seiner Crew im Nu „herbeigezaubert“ und nachdem alle Platz gefunden hatten, wurde zur Stärkung Kaffee und Kuchen gereicht. Hier fand bereits ein reger

Austausch untereinander statt. Mit dabei waren auch die Chefärzte der pneumologischen Abteilungen des St.-Elisabeth-Krankenhauses in Dorsten, Dr. Thomas, und des Marien-Krankenhauses in Soest, Dr. Elbers (der uns leider direkt nach der Begrüßung wegen eines Bombenfundes in der Nähe der Klinik wieder verlassen musste). Vielen Dank an die beiden, dass sie sich die Zeit genommen haben teilzunehmen und auch den vielen Fragen unserer Teilnehmer standhielten.

Last, but not least möchte ich mich bei den Außendienstmitarbeitern der Firmen Air Products, Linde und VIVISOL bedanken, die dabei waren und uns während der gesamten Dauer des Aufenthalts am Möhnesee mit Sauerstoff versorgten!

Nach der Rundfahrt kamen wir vollzählig (keiner ist über Bord gegangen!!) wieder an der Staumauer an. Nun bestand die Möglichkeit, dort etwas spazieren zu gehen oder im Café noch etwas zu trinken und in gemütlicher Runde die auf dem Schiff begonnenen Gespräche zu Ende zu führen. Ab 18.00 Uhr kamen dann wieder die Busse und es hieß ein letztes Mal, die Mobilgeräte zu betanken und Abschied zu nehmen.

Alles in allem war dieser Tag ein gelungener und die einhellige Meinung war, dass es auch im nächsten Jahr wieder heißen soll: „Willkommen beim zweiten therapeutischen Spaziergang am Möhnesee.“ Der Termin wird der 31. August 2011 sein und Ihre Gruppenleiter freuen sich schon auf Ihre Anmeldungen! **Michael Golinske (mg)**



Die Versorgung steht parat



Der richtige Tank für das richtige Mobilteil?



Das Schiff wartet...



Platz für alle und für gute Gespräche

Homecare ...

... wir bieten
individuelle
Lösungen!



Heim-
beatmung



Sauerstoff-
therapie



Schlafapnoe-
therapie



SIDS



Monitoring



Inhalations-
therapie



Technischer
Service

AN- UND VERKÄUFE (weitere Angebote auf unserer Homepage www.selbsthilfe-lot.de)

Es wird vorausgesetzt, dass die Anbieter die Eigentümer sind! (Erläuterung: Bj. = Baujahr oder Zeitpunkt des Erwerbs, VB = Verhandlungsbasis, VHS = Verhandlungssache)

Sauerstoffkonzentrator Everflo, HM-Nr. 14.24.04.1056 neuwertig (Kaufdatum: 05/2010), ca. 6 Wochen benutzt, zu verkaufen, VB 450,00 €. Tel. 01 71/4 75 93 36

Free Style aus Mai 2010 zu verkaufen! Das Gerät wurde nur einmal im Urlaub benutzt und wird somit praktisch als Neugerät verkauft! Im Lieferumfang sind folgende Dinge enthalten: Free Style mit Zusatzakku und extra Ladegerät, Netzteil für 230 V und Netzteil für Fahrzeuge aller Art, Schultergürtel und Tragetasche (schwarz). Das Gerät hat so wie es ist 4785,- € gekostet. Preis VB. Nähere Infos unter Tel. 0 23 69/81 44

Sehr gut erhaltener **Sauerstoffkonzentrator „Eclipse 2“** mit der Hilfsmittel-

nummer 14.24.04.6002 – WIE NEU, da er nur 2 Wochen für einen Urlaub 2009 genutzt werden konnte. Er wurde am 07.09.2009 gekauft, es besteht daher noch Restgarantie (Werksgarantie). Der Eclipse 2 wird mit allem Zubehör abgegeben: Mobiler Sauerstoffkonzentrator mit Akku-Netzteil, Pkw-Gleichspannungsadapter, Caddy Luftreinlassfilter, O₂-Nasenbrille, Gebrauchsanweisung. Neupreis mit Rechnung: € 4400,-, abzugeben zum Preis von € 3800. Bei Interesse oder Fragen wenden Sie sich bitte an Tel. 02 34/5 86 24 06 bei M. Riemenschneider

Sauerstoff-Konzentrator (Typ Free Style) Bj. 2008, incl. Zusatz-Akku und Ladegeräte 230V/12V, frisch gewartet vom Hersteller. NP € 4850,-, Preisvorst. VB € 2500,-. Tel. 0 49 31/9 83 72 79, Mobil 01 57/73 41 13 72

Ich biete hier einen neuen, mittelgroßen **HADI Rucksack** zum Verkauf an. Farbe blau. Mit seitlicher Schlauchdurchführung und Rückenisolierung. Vorne aufgesetzt

befindet sich eine Tasche, die Geldbörse, Schlüsselschlüssel, etc. aufnimmt. Der Rucksack stammt aus einem Nachlass. Preis VB., Infos unter webmaster@selbsthilfe-lot.de

Ebenfalls aus einem Nachlass biete ich hier einen silbernen, neuen **Caddy** an. Er besteht aus stabilen Metallstangen und ist z. B. für den Stroller geeignet. Preis: VB., Nähere Infos unter webmaster@selbsthilfe-lot.de

Tragbarer Konzentrator EverGo, mit 2 Akkus, angeschafft 2009, nur 23 Stunden gelaufen, NP € 5.200,-, für VB € 3.800,- zu verkaufen. Tel. 08 21/57 21 38

Suche zusätzlichen Akku für Inogen One. angelika.uher@web.de

„Sauerstoff-Konzentrator O-zwei mobil“ der Firma air-be-c mit Zubehör (verschiedene orig. versiegelte Schläuche) – Topzustand –. Der Konzentrator wurde wenig gebraucht und ist aus 1. Hand. Preis: VB (NP über € 4000,-). Tel. 01 76/48 62 80 28

Kleiner tragbarer Konzentrator (EverGo) zu verkaufen. Gerät ist kaum gebraucht. Kaufdatum: 02/2010. Neupreis: € 4330,-, VB: € 3500,-, ggf. weitere Informationen unter Tel. 08 61/68 15

Konzentrator (EverFlow) zu verkaufen. Gerät ist kaum gebraucht. Kaufdatum: 02/2010, VB: € 800,-, ggf. weitere Informationen unter Tel. 08 61/68 15

Oxytron 3 zu verkaufen mit 2-Liter-Ersatz-Sauerstoffflasche. Das ganze System ist in einer handlichen Tasche verpackt. Das Gerät ist ein Demandgerät, das auch an einem Stroller betrieben werden kann und so aus einem normalen Stroller ein atemzuggesteuertes Gerät werden lässt (Achtung: Die Demandfähigkeit muss vom Facharzt getestet sein!). Das Oxytron 3 ist erst ein dreiviertel Jahr alt! Preis: VB. Kontakt: Tel. 0 26 04/95 11 53

1 neuer **Stroller von Caire** und 1 neuer **Companion 1000** zu verkaufen. Beide Geräte wurden vor ca. 2 Jahren als Zusatz zu bereits verwendeten Geräten angeschafft, aber nie eingesetzt. Originalverpackt mit Bedienungsanleitung. Näheres unter Tel. 07 61/7 77 45

Verkaufe neuwertigen (wohl unbenutzten) tragbaren **LOX-Behälter** vom Typ Helios 300. Preis: VB € 299,-. E-Mail bitte an: thanner.regensburg@freenet.de

Sauerstoffkonzentrator Weinmann Total O₂, Bj. 2005, inkl. 4 Flaschen, Letzte Wartung 2008, Betriebsstunden: ca. 1500. NP: € 6317,10, VB: € 1500. E-Mail: wolfgangruschek@aol.com, Tel. 01 63/2 94 91 08

Ihr Spezialist rund um den SAUERSTOFF

► Füll- und Lieferservice, Wartung und Reparatur

► Jetzt bei Ihrem Fachhändler vor Ort

DEHAS
Langenfelde 17
23611 Bad Schwartau
Deutschland
Tel.: +49 451 - 80 90 4 - 0
Fax: +49 451 - 80 90 4 - 111
email: info@dehas.de

www.DEHAS.de

DEHAS DEUTSCHE HOSPITAL AUSSTATTUNG & SERVICE

Stärkung des Immunsystems im Winter

Im Herbst und Winter sind es vor allem die Erkältungs- und Grippeviren, die dem Immunsystem alles abverlangen. Besonders gefährdet sind immungeschwächte Personen, die durch bestimmte Krankheiten wie chronische Lungenerkrankungen oder aufgrund einer Organtransplantation eine niedrige Abwehrbereitschaft haben.

Ihr Immunsystem braucht Vitalstoffe und Energie

Um das Immunsystem zu stärken, ist neben ausreichendem Schlaf, leichtem Sport und der Vermeidung von Stress insbesondere eine Versorgung mit Vitaminen, Mineralstoffen und Aminosäuren notwendig.

Vitamin E

Im Gegensatz zu Vitamin C, dessen Nutzen bei Infektionen nicht eindeutig ist, gibt es eine Reihe von wissenschaftlichen Untersuchungen, die klar und deutlich zeigen, dass Vitamin E die Abwehrkräfte langfristig steigert. Eine Menge von 200 mg täglich (= 300 I.E.) waren dabei am effektivsten.

Die Nahrungsmittel mit dem höchsten Anteil in mg pro 100 g Nahrungsmittel an Vitamin E sind:

Weizenkeimöl	174,5
Sonnenblumenöl	19,4
Haselnüsse	22,3
Mandeln	18,7

Mineralstoffe

Die selenhaltige Glutathionperoxidase beeinflusst die Produktion wichtiger Botenstoffe, die das Immunsystem steuern. Daher kann es bei Selenmangel auch zu einer Immunschwäche kommen, die dazu führt, dass Sie besonders anfällig für alle Arten von Infekten werden.

Ernährungswissenschaftler empfehlen, etwa 50 bis 100 µg Selen täglich zu sich zu nehmen.

Nahrungsmittel (pro 100 g) mit hohem Selengehalt (in µg) sind:

Fisch	75
Weizen	35
Eier	15 bis 20
Rind- und Schweinefleisch	10 bis 35

Zink ist speziell zur Behandlung von Erkältungskrankheiten geeignet, weil es die Einschleusung von Viren verhindert. Dabei beträgt der normale Tagesbedarf an Zink etwa 15 mg.

Nahrungsmittel wie Fleisch, Leber, Seefisch, Milchprodukte und Eier enthalten Zink.

Aminosäuren

Regelmäßig unterschätzt wird immer noch die Rolle der Aminosäuren. Für das Immunsystem wichtig sind vor allem die Aminosäuren Glutamin und Arginin. Ein großer Teil der Immunzellen benutzt diese beiden Aminosäuren als Energielieferanten.

Bei Abwehrschwäche sollten Sie mit Ihrem Therapeuten abstimmen, ob die Einnahme von Aminosäurepräparaten mit Arginin und Glutamin täglich ratsam ist. Vor allem bei älteren Menschen besteht ein Mangel.

Glutamin ist insbesondere in Quark enthalten. Außerdem enthalten rohes und geräuchertes Fleisch, Soja und Weizen große Mengen an Glutamin.

Arginin findet man vor allem in Kürbiskernen, Pinienkernen, Walnüssen und getrockneten Erbsen.

Neben einer vitalstoffreichen Ernährung ist z. B. moderat betriebener Ausdauersport ein wichtiger Beitrag zur Immunstärkung. **Quelle: Heilen mit Vitalstoffen**

LEBEN
GESTALTEN



Rangauklinik Ansbach

In klimatisch günstiger Lage (423 Meter ü.M.) behandeln wir Patienten in den Behandlungsschwerpunkten: Asthma, COPD und Lungenemphysem, Staublunge (Silikose), Krankheiten des Lungen- und Rippenfells, immunologisch bedingte Lungenerkrankungen, bösartige Erkrankungen (Tumoren) insbesondere der Lunge und des Rippenfells, sowie Allergien.

Darüber hinaus sind wir spezialisiert auf die Diagnostik und Therapie schlafbezogener Atemstörungen.

Alle Zimmer haben Dusche und WC, Farb-TV, Telefon und Schwesternruf. Die Zugänge sind barrierefrei.

Neben unserer diagnostischen Abteilung bieten wir physiotherapeutische Möglichkeiten und ein modernes Bewegungsbad, Sauna, Lehrküche und Ernährungsberatung an.



Rangauklinik Ansbach

Fachklinik und Rehabilitationsklinik

für Pneumologie / Allergologie / Onkologie

Strüth 24 · 91522 Ansbach

Tel. (0981) 840-0 · Fax (0981) 840-200

info@rangauklinik.de · www.rangauklinik.de

Mobile Sauerstoffkonzentratoren

erzeugen Ihren Sauerstoff an jedem Ort und zu jeder Zeit.



FreeStyle

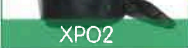


EverGo

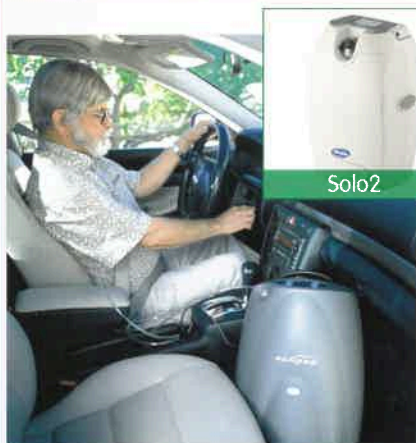


Inogen One G2

tragbar
Sparsystem bis 4 l/min (atemzuggesteuert)
Modelle von 2 bis 4,5 kg
Akku-Reichweite bis 8 h



XPO2



transportabel

kontinuierlicher Fluss bis 3 l/min
Sparsystem bis 6 l/min (atemzuggesteuert)
Modelle von 8 bis 12 kg
Akku-Reichweite bis 4 h



Solo2



O-zwei mobil 2.0



iGo



Eclipse 3

Verkauf • Miete • Service

Gern beraten wir Sie bei der Auswahl
ihres Sauerstoffsystems.

Rufen Sie uns an! (0365) 81 05 32

Sonderaktion: Zwei Geräte zum Preis von einem!
O-zwei mobil 2.0 und LifeStyle



+



=

Aktionspreis
EUR 3.250,-

* Nur solange der Vorrat reicht!



air-be-c Medizintechnik GmbH
Arminiusstraße 1 | 07548 Gera

Telefon: (0365) 730 16 17
Telefax: (0365) 730 16 19
E-Mail: info@air-be-c.de

air-be-c
Medizintechnik

www.sauerstoffkonzentrator.de

Ermäßigung für Schwerbehinderte bei BahnCard 50

Schwerbehinderte Personen mit einem Grad der Behinderung ab 70 Prozent können eine BahnCard 50 für die 1. oder 2. Klasse zum rund halben Preis erwerben. Der Preis für die 2. Klasse beträgt somit 118 € statt 230 €, für die 1. Klasse 236 € statt 460 €.

Sitzplatzreservierung

Schwerbehinderte Reisende mit dem Merkzeichen „B“ können bis zu zwei Plätze kostenlos in den Fernverkehrszügen der Deutschen Bahn AG reservieren. Dabei muss der Einstiegsbahnhof in Deutschland liegen.

Befreiung von der Hundesteuer

Die Befreiung von der Hundesteuer ist in fast allen Gemeinden möglich und geregelt.

In der Satzung über die Erhebung einer Hundesteuer im Gebiet der Kreisstadt Limburg a. d. Lahn heißt es

§ 6 Steuerbefreiung

- (1) Steuerbefreiung wird auf Antrag gewährt für Hunde, die ausschließlich dem Schutz und der Hilfe blinder, tauber oder sonst hilfloser Personen dienen.
Sonst hilflose Personen sind solche Personen, die einen Schwerbehindertenausweis mit den Merkzeichen „B“, „BL“, „aG“ oder „H“ besitzen.

§ 7 Allgemeine Voraussetzungen für Steuerbefreiungen

- Steuerbefreiung wird nur gewährt, wenn
1. die Hunde, für welche die Befreiung in Anspruch genommen werden soll, für den angegebenen Verwendungszweck hinlänglich geeignet sind.
Eine ähnliche Regelung gibt es in den meisten Gemeinden. Dabei erfüllt bereits ein kleiner Dackel (laut Rückfrage) die Voraussetzungen des § 7.

Ein Auftragskiller gegen die Angst

Langzeit-Sauerstoff-Patientin schreibt Regionalkrimi

Sigrid Schütz ist gelernte Journalistin und Managerin mit fast 30 Jahren Berufserfahrung bei Tageszeitungen und in internationalen Konzernen. Heute geht es ihr wie vielen LOT-Mitgliedern: Sie ist schwer krank; ihre Lunge kann nicht mehr so viel Luft aufnehmen, wie man zum Leben braucht.

Deshalb hängt sie seit Jahren an einem langen Schlauch, der sie Tag und Nacht mit einem Sauerstofftank, gleich hinter der Wohnzimmertür, verbindet. Wenn sie unterwegs ist, hängt ein mobiler Kleintank wie eine skurrile zweite Handtasche im Netz hinter ihrem Rollstuhl. Wo sie auftaucht, klickt monoton die Triggerung, mit der ihr der Apparat den Sauerstoff liefert, wann immer sie einatmet. Nachts, wenn schon bei der kleinsten Erkältung aller Technik zum Trotz die Luft knapp wird und die Ängste anbränden, ist Schreiben ihr Wall gegen die Beklemmung. „Lesen“, sagt die 60-Jährige, „entführt in fremde Welten, Schreiben aber macht allmächtig: Wenn ich lustvoll meinen Auftragskiller losschicke, fühle ich mich auch in dunkelsten Nächten stark und mächtig, kreativ und frei.“

Wie kam sie auf ihr Thema? „Ich habe überlegt, welche Art von Geschichte ich selbst gern lesen würde. Und da war ich so-

fort bei einer erfolgreichen, aber skrupellosen Boulevard-Journalistin.“

Die Ermittlungen führen zu feinen Leuten und frechen Auftragskillern. Der Leser lernt zugleich Spannendes über Themen von der Cholera in Hamburg über die Hafenerweiterung, von der ersten Professorin an der Uni bis hin zu der Frage, wo man am besten in der Hansestadt – Souvenirs, Souvenirs – einen Schrumpfkopf kaufen kann.

„Wer Hamburg und sein Umland liebt, kommt bei diesem Lokalkrimi voll auf seine Kosten: jede Menge interessanter historischer Hintergrund und Lokalkolorit. Die Einblicke in das Verlagsleben, die Intrigen und Gemeinheiten im Boulevardjournalismus werden zynisch und mit großer Kenntnis in Szene gesetzt.“

Aber ist Schreiben wirklich ein Ausweg für alle Langzeit-Sauerstoff-Patienten? „Bestimmt nicht“, sagt die gebürtige Hamburgerin, die selbst auf fünf Liter Sauerstoff/Minute angewiesen ist, und lacht „sonst hätte ich ja ein Allheilmittel gefunden. Aber in den Selbsthilfegruppen ist viel von den schmerzhaften Einschränkungen die Rede, die unser Krankheitsbild so mit sich bringt.“

Wenn wir einander mehr darüber berichten würden, was der oder die Einzelne noch tun kann, dann könnten wir uns noch besser als bisher gegenseitig Mut machen.“



LOT-Mitglied Sigrid Schütz schrieb einen witzigen Regionalkrimi – als Ablenkung von den Sorgen, die mit Asthma und COPD einhergehen

Sie selbst halte es in diesem Fall mit Nietzsche, der gesagt hat: „Gesundheit ist dasjenige Maß an Krankheit, das mir noch erlaubt, meinen wesentlichen Beschäftigungen nachzugehen.“ „Ich kann“, sagt Sigrid Schütz, „keine volle Teekanne mehr aus der Küche ins Esszimmer tragen, weil mir die Luft dazu fehlt. Aber am Computer und in der Phantasie ist die Welt wieder grenzenlos.“

Lungenkrank? Brauseköpfe austauschen!

Möglichen Bakterienkolonien vorbeugen

Patienten, die unter einer chronisch-obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) leiden, sollten die Duschköpfe ihrer Handbrausen mindestens einmal im Jahr erneuern.

Harald Morr, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Lungenstiftung (DLS) in Hannover: „Die feuchte, dunkle und warme Umgebung im Inneren von Brau-

seköpfen bietet etlichen Krankheitserregern so gute Lebensbedingungen, dass dort ganze Bakterienkolonien gedeihen und so genannte Biofilme bilden.“ Neben Legionellen handele es sich dabei vor allem um so genannte Mykobakterien – bedrohlich für COPD-Patienten, da sie von deren vorgeschädigten Lungen nicht effektiv abgewehrt werden könnten. Auch für Menschen mit geschwächtem

Immunsystem – Schwangere, Senioren und Kranke – könne der Kontakt mit den genannten Keimen gefährlich werden.

Tipp: Brauseköpfe austauschen, nicht desinfizieren. Das kann Bakterien unter Umständen noch widerstandsfähiger machen.

Quelle: Lungenärzte im Netz

Sauerstoff-Schulung in der Espan-Klinik

Eine erste „Sauerstoff-Woche“ hatte die Espan-Klinik, Rehabilitationsfachklinik für Atemwegserkrankungen, in Bad Dürkheim im April 2010 veranstaltet.

Ziel war es umfassende Informationen rund um das Thema „Sauerstoff“ den unterschiedlichen Zielgruppen zu vermitteln, wobei vor allem der alltägliche Umgang mit der Sauerstoffversorgung im Mittelpunkt stand.

Das große Interesse an dieser Veranstaltung bei allen Beteiligten führte zu der Überlegung, die Schulung und Information von Sauerstoffpatienten auch während der stationären Rehabilitation zu verbessern.

So wurde abteilungsübergreifend ein Schulungsmodul „Sauerstoff“ entwickelt. Drei wesentliche Bereiche sollten abgedeckt werden: der technische Hintergrund der Geräteversorgung, der tägliche Umgang aus Sicht des Betroffenen und natürlich auch die medizinischen Aspekte, die zu einer Versorgung mit Langzeitsauerstoff gehören.

Im Ergebnis findet ab Herbst in dreiwöchigem Wechsel ein Schulungsprogramm für Patienten mit Langzeit-Sauerstoff-Therapie statt.

Den Auftakt macht ein Vertreter der Industrie, der die technischen Gegebenheiten erläutert und auch auf die Versorgungspraxis durch die entsprechenden Firmen (z. B. Air Products, Linde, Vivisol u. a.) hinweist.

„Aus der Sicht einer Anwenderin“, referiert in der zweiten Woche Ursula Krütt-Bockemühl, stellvertretende Vorsitzende

der Deutschen Selbsthilfegruppe für Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e. V., in einem eineinhalbstündigen Vortrag die Alltagsprobleme einer Patientin mit Langzeit-Sauerstoff-Therapie. Einen besonderen Schwerpunkt legt sie auf die Verordnungsmöglichkeiten und die vielfältigen Hilfsmittel, die den Umgang mit den technischen Geräten erleichtern. Die deutliche Erhöhung der Mobilität und der damit verbundene Gewinn an Lebensqualität sind die wesentlichen Aspekte.

Den Abschluss bildet dann der medizinische Vortrag durch die Lungenfachärzte der Espan-Klinik. Hierbei wird nochmals auf die Funktion der Atmung eingegangen. Anschaulich werden die positiven Effekte einer Langzeitversorgung mit Sauerstoff

dargestellt. Vor allem wird deutlich gemacht, dass es sich um eine lebenslange, im Idealfall 24 Stunden am Tag dauernde Therapie handelt. Nur bei konsequentem Einsatz des Sauerstoffs können die schon beschriebenen Verbesserungen bei Mobilität und Lebensqualität erreicht werden.

Mit diesem Schulungsmodul wird die Kompetenz der Espan-Klinik zur Behandlung von Atemwegspatienten mit Sauerstoffversorgung untermauert. Begleitend sind inzwischen im Zuge der Zimmerrenovierung 100 Zimmer auf die Versorgung durch einen Wandanschluss im Zimmer umgestellt. Die mobile Versorgung ist durch die Bereitstellung aller gängigen Systeme (top-fill, side-fill) der wichtigsten Sauerstofflieferanten gewährleistet.



Für viele ein langgehegter Wunsch: Schwimmen mit Sauerstoff ist auch hier möglich.

KLINIKEN SÜDOSTBAYERN



„Das“ überregionale Lungenzentrum

Seit über 30 Jahren erfolgreich in der Behandlung lungenkranker Patienten

Wir sind als Akutklinik kompetent für:

- + die Therapie Ihrer Begleiterkrankungen (z.B. Osteoporose, Diabetes, KHK,...)
- + Therapieeinstellung bei Verschlechterung Ihrer Lungenerkrankung
- + alle Arten bronchoskopischer Eingriffe
- + stationäre Optimierung Ihrer Sauerstoff Langzeittherapie unter Berücksichtigung von Demandsystemen
- + Einrichtung oder Neueinstellung nicht-invasiver Beatmung
- + Diagnostik im Schlaflabor
- + Behandlung komplizierten Hustens („Cough Center“)

Wir freuen uns auf Sie – bitte melden Sie sich an (am besten durch den Hausarzt)

Zentrum Innere Medizin

Kreisklinik Bad Reichenhall
Riedelstr. 5
83435 Bad Reichenhall
T 08651 / 772 - 401
E rw.hauck@bglmed.de
www.kreisklinik-badreichenhall.de

Kreisklinik Bad Reichenhall

Akademisches Lehrkrankenhaus
der Ludwig-Maximilians-Universität München

Wir halten für Sie bereit:

- + Komfortable Zimmer mit Bad/WC, TV, Telefon, Kaffeebar, Balkon, Bergblick
- + Leistungsstarkes Ärzteteam, kompetente Physikalische Medizin, freundliches und engagiertes Pflegeteam
- + sehr gute Verpflegung
- + enge Kooperation mit leistungsstarken Partnern in der Rehabilitationsmedizin und im AHB-Sektor durch das LungenZentrum Südost

Wir sind Mitglied im LungenZentrum Südost
www.lungenzentrum-suedost.de



Macht Training kranke Muskulatur gesund?

In einer umfangreichen Studie in der Schön-Klinik Berchtesgadener Land geht es um die weitere Optimierung der Rehabilitations- und Trainingstherapie für COPD-Patienten.

Wir haben gelernt, dass COPD weit mehr als nur die Lunge krank macht. Besonders die Muskulatur wird nachhaltig beeinträchtigt, was zur schnellen Ermüdung und zunehmenden Leistungsminderung beiträgt. Wir wissen, dass körperliches Training für Patienten mit COPD ab dem Stadium II nach GOLD sehr wichtig ist. Wie und in welchem Ausmaß Training die Muskulatur verändert, ist allerdings noch nicht geklärt. Zudem finden sich immer mehr Hinweise, dass die COPD offenbar kein einheitliches Krankheitsbild ist, sondern dass es verschiedene Ausprägungen der Erkrankung gibt. Es stellt sich also die Frage, ob es für COPD-Patienten unterschiedliche, individuelle Trainingstherapien braucht.

In unserer zur Zeit laufenden Studie sollen die Veränderungen der Muskulatur sowie der Ausdauer der COPD-Patienten anhand von kleinen Muskelproben am Anfang und am Ende der dreiwöchigen Rehabilitation genau untersucht werden. Durch den Vorher-Nachher-Vergleich des Muskelgewebes kann eine Aussage über den Effekt des Trainings gemacht werden.

Bei der Probengewinnung wird unter örtlicher Betäubung ein sehr kleines Stück Muskelgewebe (0,15 g) am Oberschenkel (M. vastus lateralis) entnommen. Für eine optimale Regeneration findet nach dem Eingriff für 24 Stunden kein Ausdauer- und Krafttraining statt. Am Folgetag kann die Rehabilitation in normalem Umfang fortgesetzt werden.

Um eine möglichst große Verbesserung der Leistungsfähigkeit zu erzielen, wird anhand von Ausdauer- und Kraftdiagnostiken ein individueller Trainingsplan für den Teilnehmer erstellt.

Mit dieser Studie wird ein weiterer Schritt in der Grundlagenforschung für die Trainingsbehandlung von COPD gemacht, der Erkenntnisse über eine noch effektivere und ausgefeiltere Therapie liefern soll.

Für die Teilnahme an der Studie suchen wir COPD-Patienten zwischen 40 und 65 Jahren mit einer FEV1 (Einsekundenkapazität) von 20 bis 50 Prozent des Normwertes (bitte fragen Sie hier Ihren Arzt). Zudem sollte keine zwingende Notwendigkeit zu einer blutverdünnenden Therapie mit z. B. Marcumar, Aspirin, ASS, Heparin oder Plavix bestehen.

Bei Fragen steht Ihnen gerne Frau Inga Heinzelmann unter **08652/ 93-1630** oder **IHeinzelmann@schoen-kliniken.de** zur Verfügung.

Wir würden uns freuen, Sie als freiwilligen Teilnehmer bei uns im Rahmen einer stationären Rehabilitation begrüßen zu dürfen, um dieser spannenden Frage nachzugehen.

Wer sich wohlfühlt, wird schneller gesund



**KLINIK
BAD REICHENHALL**
freier atmen – besser bewegen

Zentrum für Rehabilitation
Pneumologie und Orthopädie

Mehr Freude am Leben

Die stationäre Rehabilitation der Klinik Bad Reichenhall bietet ein Therapiekonzept mit einem ganzheitlichen Ansatz an – mit dem Ziel der Wiederherstellung einer möglichst optimalen Leistungsfähigkeit, Lebensqualität und der Bewältigung vorhandener Handicaps.

Die Klinik verfügt über 269 Einzelzimmer – viele davon barrierefrei eingerichtet. Im ganzen Haus zaubern helle Möbel und eine offene Architektur eine freundliche Atmosphäre. Nur ein paar Schritte von der Klinik entfernt erwarten Sie mitten in Bad Reichenhall der schöne Kurgarten mit Gradierwerk, die Fußgängerzone und eine reizvolle Landschaft, ideal zum Wandern und Entspannen.

Willkommen sind Sie bei uns

als Versicherte in der gesetzlichen Rentenversicherung, der gesetzlichen Krankenkassen, einer privaten Krankenkasse oder mit Beihilfe bzw. als Selbstzahler.

Wir behandeln

alle Atemwegs- und Lungenerkrankungen, schlafbezogene Atemregulationsstörungen (Schlaf-Apnoe-Syndrom), Allergien der oberen und unteren Atemwege (auch als AHB), alle chronischen Erkrankungen des orthopädischen Formenkreises, chronische Wirbelsäulensyndrome, Fehlfunktionen im Bereich der Muskulatur (auch als AHB).

KLINIK BAD REICHENHALL
Salzburger Straße 8–11
83435 Bad Reichenhall
Telefon: 086 51/709-0
Telefax: 086 51/709-683
Internet:
www.klinik-bad-reichenhall.de
info@klinik-bad-reichenhall.de



Deutsche Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT)

Sauerstofftherapie: Künftig auf Sparflamme?

Die Verordnung einer Sauerstoff-Langzeit-Therapie ist für Betroffene eine Entscheidung mit langfristigen Folgen. Sind sie doch fortan von dem lebenswichtigen Element aus der Flasche oder dem Konzentrator abhängig. Damit sie in dieser Lage nicht allein stehen und Beratung von unabhängiger Seite erhalten, gibt es seit 1997 die Deutsche Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e.V. mit Sitz in Bad Reichenhall. Sie hat derzeit in Deutschland mehr als 50 regionale Treffpunkte und 2.300 Mitglieder. Angesichts von etwa gleich vielen registrierten Nutzern für den internen Informationsbereich auf der Homepage wird deutlich, wie engagiert die Betroffenen mit ihrer Therapie umgehen. Über den Status quo der Versorgung sprach MTDialog mit der Pneumologin und LOT-Vorsitzenden Dr. Birgit Krause-Michel (Bad Reichenhall) und Ursula Krütt-Bockemühl, stellvertretende Vorsitzende der LOT und Leiterin der Selbsthilfegruppe in Augsburg.

Frau Dr. Krause-Michel, welche Indikationen führen überwiegend zur Sauerstoff-Langzeit-Therapie?

Dr. Krause-Michel: Es gibt zahlreiche Krankheitsbilder, die zu dieser Therapie führen können. Am häufigsten sind COPD, Lungenemphysem und Fibrose. In den Leitlinien zur Langzeitsauerstofftherapie muss der Patient in Ruhe und/oder unter Bela-

stung einen Sauerstoffpartialdruck im Blut (paO_2) $< 55 \text{ mmHg}$ aufweisen. Liegt bereits eine Rechtsherzbelastung oder eine Polyglobulie (zu viele rote Blutkörperchen) vor, wird die Indikation bereits bei $< 60 \text{ mmHg}$ gestellt. Voraussetzung ist eine optimale medikamentöse Therapie, die vier Wochen kontrolliert werden muss. Ändern sich die Werte nicht, wird mit der Langzeit-Sauerstofftherapie begonnen.

Durch wen erfolgt die Auswahl eines Versorgungssystems bzw. Gerätes und die Anpassung sowie Einweisung?

Dr. Krause-Michel: Die Auswahl des Sauerstoffgerätes sollte ausschließlich in den Händen eines Lungenfacharztes liegen, der die nötige technische Ausrüstung hat. Er entscheidet aufgrund der klinischen Untersuchung und der noch vorhandenen Mobilität. Hier ist nicht allein die Mobilität zum Zeitpunkt der Verordnung zu berücksichtigen, sondern auch die angestrebte Mobilisierung – ob der Patient für ein mobiles Gerät und evtl. auch ein Demandsystem geeignet ist.

Hierzu wird meist im 6-Minuten-Geh- test der nötige Sauerstoffbedarf unter Belastung festgelegt. Der Sauerstoff-Flow ändert sich in Ruhe, unter Belastung und während des Schlafes. Im Alltag sehen wir aber, dass die letzte Entscheidung oftmals vom Kostenträger getroffen wird.

Frau Krütt-Bockemühl, wie steht es überhaupt mit der Genehmigungspraxis der Kassen?

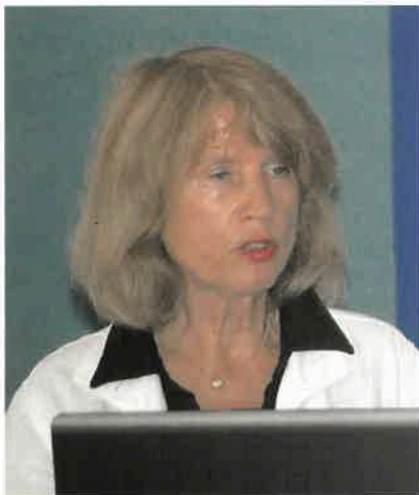
Krütt-Bockemühl: Hier würden wir uns manchmal mehr Wissen der Sachbearbeiter über die Versorgungsmöglichkeiten wünschen. Denn es gibt nicht DIE Sauerstoff-Versorgung, sondern immer nur die, die für den Patienten individuell notwendig und zweckmäßig ist. Hier ist die LOT gerne bereit, in einen fairen Dialog mit den Kostenträgern zu treten, sich der Aufgabe zu stellen, bei einer vernünftigen und noch bezahlbaren Versorgung aktiv mitzuarbeiten.

Zweierlei Maß

Hat sich im Zuge der jüngsten Gesundheitsreformen durch Ausschreibungen und neue Vertragsmodelle zwischen Kassen und Lei-

stungserbringern etwas für die Betroffenen geändert?

Krütt-Bockemühl: Gerade durch Ausschreibungen ist das Wahlrecht der Patienten bei einigen Kassen komplett verschwunden. Der Versorger wird in dem Fall vom Kostenträger bestimmt – und das ist der, der den billigsten Preis geboten hat. Natürlich sehen wir das sehr kritisch, denn unter diesen Preisen leiden Versorgungsqualität sowie Dienstleistungen und werden teilweise auf ein Minimum beschränkt – z. B. hinsichtlich der Lieferintervalle von Verbrauchsmaterialien und Zubehör. Die Patienten sind sehr verbittert, wenn sie erleben, dass andere Betroffene deutlich geeignetere Versorgung bekommen – bei gleicher Verordnung wohl gemerkt. Einige Patienten haben ihre frühere Versorgungsqualität durch einen Kassenwechsel wieder erreicht. Aber auch ohne Ausschreibungen spürt man den wachsenden Kostendruck deutlich. Einige Kassen steuern entgegen der Verordnung des Arztes auf scheinbar kostengünstigere und nicht zweckmäßige Versorgung um. Dies ist für den einzelnen Patienten oft nicht nachvollziehbar, da er in der Regel nicht von einer für ihn persönlich wesentlich geeigneteren Versorgung weiß. Er wird die ihm dann zugeteilten Geräte nicht nutzen können (weil sie z. B. viel zu schwer sind) und die daraus resultierenden Folgen sind absehbar. Zumal auch meist der verordnende Arzt keine



Dr. Birgit Krause-Michel, Pneumologin und Vorsitzende der LOT.



Interviewpartnerin Ursula Krütt-Bockemühl (56) nutzt im 10. Jahr die Langzeit-Sauerstofftherapie.

Nachricht über das letztendlich durch die Kasse genehmigte Equipment bekommt.

Im Mitgliederbereich Ihres Internetauftritts haben Sie alle derzeit auf dem deutschen Markt befindlichen Sauerstoffgeräte aufgelistet. Wie sind Sie bei dieser Fleißarbeit vorgegangen?

Krütt-Bockemühl: Die Langzeit-Sauerstofftherapie ist eine überwiegend technische Therapie, und so hat die LOT von Beginn an alle Geräte getestet und teilweise Tipps zur Weiterentwicklung gegeben. Aus diesem umfangreichen Fundus haben wir für alle Geräte und Systeme übersichtliche, vergleichbare Schautafeln mit allen relevanten technischen Merkmalen zusammengestellt und neben anderen Hilfsmitteln und vielem nützlichen Zubehör für die LOT-Mitglieder auf die Homepage www.selbsthilfe-lot.de in den internen Bereich gesetzt. Hier wird es ständig Aktualisierungen geben, und wir freuen uns, wenn uns Innovationen übermittelt bzw. zum Testen überlassen werden.

Mobilität ist Trumpf

Können Sie Kriterien für die optimale Auswahl der Systeme für den jeweiligen Betroffenen nennen?

Dr. Krause-Michel: Die Selbsthilfegruppe LOT plädiert für alle Betroffenen möglichst für eine Sauerstoff-Versorgung mit einem mobilen System. Nur so kann die Spirale der Immobilität unterbrochen werden. Fast jeder Patient ist noch in der Lage, mit einem kleinen, leichten Gerät Alltagsbelastungen zu meistern. Schwere Gasdruckflaschen sind für diese Patienten allein schon wegen des Gewichtes nicht zumutbar. Sauerstoff-Konzentratoren sollten nur bei wirklich bettlägerigen Patienten eingesetzt werden. Grundsätzlich ist jede Sauerstoffversorgung eine individuelle Entscheidung.

Wie steht es um die Compliance und wie kann diese gesteigert werden?

Krütt-Bockemühl: Durch kompetente Informationen, ausführliche Einweisungen, Gespräche mit anderen Betroffenen und besonders durch Schulungen, gerade zu Beginn der Therapie, kann die Compliance immens gesteigert werden. Besonders geeignet sind neben persönlichen Beratungen, wie sie schon in vielen Praxen und Kliniken durch die LOT geleistet werden, stationäre Reha-Aufenthalte in entsprechend ausgerichteten Reha-Kliniken.

Geräte und Zubehör verlangen auch regelmäßige Hygienemaßnahmen – ein lästiges Übel?

Krütt-Bockemühl: Diese Maßnahmen sind dringend notwendig und nur durch intensive Einweisung und immer wiederkehrende Schulungen, die den Patienten angeboten werden, aufrechtzuerhalten. Auch hier gibt die LOT Hilfe, u. a. durch wöchentliche Telefonsprechstunden zu allen Themen der außerklinischen Heimbeat-



Linde Gas Therapeutics bietet qualitativ hochwertige und zugleich kostengünstige Therapiekonzepte an. Unser Ziel ist, einen wichtigen Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität von Patienten in der häuslichen Umgebung, im Alltag und sogar auf Reisen zu leisten. Durch geschultes Fachpersonal garantieren wir einen marktführenden Service und umfassende Hilfestellung bei allen Fragen zur Therapiedurchführung.

Linde Gas Therapeutics GmbH, Landshuter Straße 19, 85716 Unterschleißheim
Telefon +49 89.37 00 03 00. Fax +49 89.37 00 03 73 00. www.linde-gastherapeutics.de

mung. Hier konnte eine erfahrene Fachkraft der Beatmungs- und Schlafmedizin als LOT-Beirätin gewonnen werden.

Werden diese Punkte in der Realität von Verordnern, Kostenträgern und Leistungserbringern/Lieferanten berücksichtigt?

Krütt-Bockemühl: Hier besteht großer Handlungsbedarf, denn die Patienten fühlen sich z. T. überfordert und vor allem allein gelassen.

Woran erkennt ein Sauerstoffpatient einen qualifizierten Leistungserbringer?

Krütt-Bockemühl: Das ist für Patienten zu Beginn der Therapie kaum zu erkennen, weil sie in die Auswahl des Leistungserbringers derzeit gar nicht involviert werden. Erst durch Kontakt mit anderen Patienten im Alltag oder in der Selbsthilfegruppe sieht der Patient die unterschiedlichen Versorgungsmöglichkeiten. Wenn sich eine Langzeit-Sauerstofftherapie abzeichnet, sollte dem Patienten ein Vergleich der unterschiedlichen Versorgungsarten, Geräte und Serviceleistungen der Firmen ermöglicht werden. In der LOT-Geschäftsstelle in Bad Reichenhall können Betroffene in der Hersteller-neutralen Ausstellung unterschiedliche Geräte testen.

**Keine
Selbsthilfe
gruppe
in Ihrer
Nähe?
Starten
Sie
eine!**



Jährlich findet ein Patientenkongress in Bad Reichenhall statt.

Und wie sind die Erfahrungen mit den Homecarefirmen bzw. Sanitätshäusern? Wo besteht Verbesserungsbedarf?

Krütt-Bockemühl: Grundsätzlich sollte man von qualifizierten und geschulten Mitarbeitern ausgehen können. Besonders die Servicemitarbeiter, die im direkten Patientenkontakt stehen, brauchen ein kompetentes Wissen.

Auch hier ist die LOT zu Schulungen und Unterstützung bereit. Für den mobilen Patienten ist sicher ein überregionaler Spezialist, gerade für Urlaubsversorgungen, Nachtanken in Niederlassungen und bundesweite Notdienste, ein wichtiger Faktor. Nachholbedarf besteht z. B. von der Einweisung bis zum Notdienst bzw. beim Geräteausfall und -austausch.

Kompatible Füllanschlüsse

Neben den Geräten kommt dem Zubehör eine entscheidende Rolle zu – stellt es doch die Verbindung bzw. Schnittstelle zwischen Technik und Mensch her. Sind die Betroffenen hier wunschlos glücklich?

Krütt-Bockemühl: An erster Stelle auf der Wunschliste steht die Kompatibilität der Füllanschlüsse für Flüssigsauerstoffsysteme. Dies würde auch den Auf- und Ausbau der Sauerstoff-Tankstellen enorm vorwärtsbringen. Denn gerade ein einmaliges Übernachten, ein Wochenendausflug oder eine Kurzreise ist für Patienten deswegen kaum zu realisieren, außer sie nehmen einen größeren Sauerstoffvorrat auf die Reise. Dagegen bieten sowohl einige Krankenkassen als auch überregionale Leistungser-

bringer den Service, dass sie für den Betroffenen die Sauerstoffbelieferung bei einem mehrwöchigen Urlaub im Inland sicherstellen. Weiter wäre die Normierung der Demandgeräte und der Sparsysteme (Bolus-Abgabe) wichtig. Vorteilhaft wären auch leichte, weiche Nasenbrillen in unterschiedlichen Längen sowie Nasenbrillen mit Spiralwicklung. Sterilwasser sollte zur Befeuchtung obligatorisch sein und von den Kostenträgern übernommen werden. Und schließlich sollten die Konzentratoren noch leiser arbeiten.

Welchen Service bietet Ihr Verband oder auch die einzelne Selbsthilfegruppe den Betroffenen?

Krütt-Bockemühl: Die LOT ist ein Garant für alle Informationen rund um die Langzeit-Sauerstoff-Therapie. In den vergangenen 14 Jahren ist sie mit der Therapie mitgewachsen und mittlerweile die Fachgesellschaft rund um die Langzeit-Sauerstoff-Therapie. Die LOT ist ein gefragter Ansprechpartner für Mediziner, medizintechnische Hersteller und Leistungserbringer sowie Kostenträger.

Wir bieten neben einem umfassenden Informationsangebot, wie eine täglich mehrfach aktualisierte Homepage, über 40 regionale Gruppen mit geschulten Gruppenleitern, einen Fach-Chat im Internet, die Geschäftsstelle in Bad Reichenhall mit Geräte- und Zubehörausstellung, das LOT-Schulungsmobil, Schulungen in Klinken, Praxen und bei anderen Verbänden, den **O₂-Report** mit einer Auflage von 18.000 Stück, eine Telefonberatung und wöchent-



Neue Wirklichkeit
Neue Freiheit



Die O2b-Brille von Optikdesign Kicking er begleitet PatientInnen von Sauerstoff-Langzeit-Therapien nunmehr seit fast 20 Jahren. Dabei unterstützt sie nicht nur den medizinischen Erfolg der Therapie, sondern verhilft den PatientInnen zu einer neuen Art von Freiheit.

Neue Wirklichkeit

Eine Sauerstoff-Langzeit-Therapie bedeutet ungewohnte Neuerungen im täglichen Leben, an die sich PatientInnen allmählich gewöhnen müssen. Zusätzlich leiden viele an der veränderten Fremdwahrnehmung: Während die Sauerstoffquelle klein, handlich und damit unauffällig geworden ist, zieht die Nasensonde immer noch unangenehme Blicke auf sich.

Neue Freiheit

Die Original O2b-Brille von Optikdesign Kicking er hilft PatientInnen von Sauerstoff-Langzeit-Therapien eine neue Form von Freiheit zu gewinnen. Mit Hilfe einer speziell angepassten Brille wird die Sauerstoffzufuhr zur Nase geschickt kaschiert und der Alltag in der Öffentlichkeit trotz Therapie normalisiert.

Im Detail

An die Fassung werden innen beidseitig Sauerstoff-Schläuche angebracht, so dass die Zufuhr wechselweise von links oder rechts oder beidseits erfolgen kann.



Poststr. 11
83435 Bad Reichenhall
Tel.: 08651/3448
e-mail: optik-kicking@gmx.de

liche Sprechstunden zu allen Themen der außerklinischen Heimbeatmung.

Die LOT selbst kann auf das Wissen und die Erfahrung von weiteren Beiräten aus Medizin, Wissenschaft und Technik zurückgreifen. Und für besondere Fälle steht der LOT und den Mitgliedern eine qualifizierte Rechtsberatung zur Seite.

Abschließend noch eine Frage, die vor allem Betroffene beschäftigt: Einmal sauerstoffpflichtig – immer sauerstoffpflichtig?

Dr. Krause-Michel: Die Langzeit-Sauerstoff-Therapie ist meist eine lebenslange Versorgung, da sich an der Grundkrankheit nichts ändert. Die Schäden an der Lunge sind nicht reparabel, sie nehmen mit dem Alter und Krankheitsverlauf eher noch zu. Zugleich wissen wir, dass ein geschulter Patient mit der individuell richtigen Versor-

gung einen deutlichen Gewinn an Mobilität und Lebensqualität erreichen kann.

Frau Dr. Krause-Michel, Frau Krütt-Bokemühl, wir danken für das Gespräch.

ras

Aus: MTDiallog 9/2010 – www.mtd.de

KONTAKT

Deutsche Selbsthilfegruppe
Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e. V.,
Frühlingstraße 1, 83435 Bad Reichenhall,
Tel. o 86 51/76 21 48, Fax 76 21 49,
Internet: www.selbsthilfe-lot.de;
Telefonsprechstunden zur Heimbeatmung:
Montag, Mittwoch 10–11 Uhr unter Tel. o 83 63/69 11 38,
E-Mail: heimbeatmung@selbsthilfe-lot.de

LOT-Termine 2011

07. – 10. April 2011, Dresden:

52. DGP Kongress

Samstag, 9. April 2011:

Patientenveranstaltung: Frei atmen – für Betroffene und Angehörige

17. – 19. Juni 2011:

43. Bad Reichenhaller Kolloquium

Vorsitz: Prof. Dr. J. Behr

Altes Kurhaus Bad Reichenhall

15. Juli 2011:

Ammersee Biergarten-Dampferfahrt

16. Juli 2011:

Bikertour rund um den Ammersee

31. August 2011:

2. Therapeutischer Spaziergang am Mönnesee

17. – 18. September 2011:

15. Patientenkongress

Bad Reichenhall (Programm folgt)



Espan-Klinik

mit Haus ANNA

Rehabilitationsfachklinik für Atemwegserkrankungen

Bad Dürkheim im Schwarzwald (700m auf einer Hochebene); Soleheilbad und heilklimatischer Kurort

AHB/AR-Klinik, Dt. Rentenversicherung, alle Krankenkassen, Beihilfe, Privatzahler

Stationäre und ambulante Angebote, **Gesundheitswochen für Selbstzahler**

Gerne senden wir Ihnen unseren Hausprospekt zu



- ✓ 2 Lungenfachärzte ganztags im Haus
- ✓ individuelle Diagnostik und Therapie
- ✓ psychologische Betreuung
- ✓ Ernährungsberatung (RAL-Gütezeichen)
- ✓ Nichtrauchertraining
- ✓ 100 Zimmer mit Sauerstoffanschluss
- ✓ O₂-Versorgung auch für Selbstzahler
- ✓ spezielle Atemtherapie (COPD, Asthma, nach OP)

- ✓ Bewegungstherapie; Lungensport
- ✓ medizinische Trainingstherapie
- ✓ Inhalationstherapie
- ✓ hauseigenes Soleschwimmbad (8 x 16 m; auch unter O₂)
- ✓ physikalische Therapie
- ✓ Gesundheitsvorträge
- ✓ Freizeiteinrichtungen (Nichtraucher-cafe, Kegelbahn, Bibliothek etc.)

Die ortsgebundenen Heilmittel, eine umfangreiche diagnostische Abteilung sowie intensive therapeutische Betreuung sind die Säulen einer erfolgreichen Behandlung. Die ruhige und ebene Lage der Klinik direkt am Kurpark bietet Raum für vielfältige Aktivitäten außerhalb des täglichen Rehabilitationsprogrammes. Die umfangreichen Freizeitmöglichkeiten eines renommierten Kurortes am Rande des Schwarzwaldes (CLUB Bad Dürkheim) tragen zu einem erfolgreichen Aufenthalt bei.

Ein Kennenlernen dieses Angebotes ist auch außerhalb einer Rehabilitationsmaßnahme im Rahmen einer privaten Gesundheitswoche möglich.

Von Selbsthilfegruppen gerne genutzt bietet die Klinik ein Schulungsprogramm an, das an einem langen Wochenende einen Überblick über Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten von Atemwegserkrankungen gibt.

78073 Bad Dürkheim, Gartenstraße 9, Tel: 07726/650 Fax: 07726/9395-929

E-Mail: info@espan-klinik.de; www.espan-klinik.de

Gesundheitswochen

z.B.

„Sauerstoff-Spezial“

1 Woche

ab 832.- € p.P. im DZ

15. Ansbacher Patientenforum in Zusammenarbeit mit der LOT Ansbach

Das 15. Ansbacher Patientenforum war wieder ein voller Erfolg. Am 22. 5. 2002 gründeten Betroffene und Interessenspartner unter dem Dach der LOT e.V. den Stützpunkt Ansbach. Jeden dritten Mittwoch im Monat treffen sich seit über acht Jahren Betroffene und Angehörige zum „Stammtisch“ in der Rangauklinik Ansbach. Hier wurden und werden Bekanntschaften gemacht und aus vielen sind über die Zeit auch wertvolle Freundschaften geworden. „Es tut gut, sich unter Betroffenen auszutauschen.“ So das Credo auf die Frage, warum sich die Runde ständig vergrößert. Langzeitsauerstoffpatienten fühlen sich in der Öffentlichkeit durch „den Schlauch in der Nase“ stigmatisiert, scheuen das öffentliche Leben, ziehen sich immer mehr zurück und geraten so in einen schwer zu durchbrechenden Teufelskreis. Diesen zu durchdringen und sich und andere zu stärken hat sich unter anderem die Selbsthilfegruppe auf die Fahnen geschrieben.

Die Betroffenen suchen aber nicht nur den Austausch, sondern setzen sich auch aktiv mit der Erkrankung deren Folgen und Therapiemöglichkeiten auseinander.

So werden regelmäßig zu den Treffen Experten eingeladen. Zweimal im Jahr organisiert die Rangauklinik Ansbach darüber hinaus ein Patientenforum. Hier referieren Fachleute über aktuelle Themen und Fragestellungen der Betroffenen.

So standen am 17. 11. 2010 die Schwerpunkte körperliches Training und Ernährung auf der Agenda. Frau Michaela Frisch, Therapieleiterin der Espan Klinik in Bad Dürkheim, ließ keine Müdigkeit aufkommen. In einem mitreißenden Vortrag demonstrierte sie verschiedene Trainingsübungen für fast jede Lebenslage. Dies alles konnten die Teilnehmer auch gleich anwenden. Ein wesentlicher Hinweis war aber auch, dass jeder für sich Verantwortung trägt und somit der eigene Coach ist, der entscheidet wann und in welchem Um-

fang trainiert wird. Spannend war zu erleben, dass es auch ohne Fitnessstudio und Geräte möglich ist. So kommt die ausgemusterte Strumpfhose als ‚Theraband‘ oder die Wasserflasche als Hantel zum Einsatz.

Nach einer Kaffeepause ging es in die zweite Runde. Frau Perzl referierte über das Thema gesunde Ernährung unter besonderer Berücksichtigung bei Lungenerkrankungen. Anhand einer Tabelle zur Ermittlung des Ernährungsstatus über den Body-Mass-Index wurde aufgezeigt, dass nicht die Unterernährung das Problem ist, sondern die Fehlernährung. Ein Blick auf die Ernährungspyramide und die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung ließ in vielen Gesichtern ein Déjà-vu erkennen. So ging für alle ein spannender und informativer Nachmittag zu Ende.

Zum Patientenforum am 20. April 2011 sind jetzt schon alle herzlich eingeladen.

KONTAKT

Hans Messinger

Telefon 0 98 71 / 16 18

E-Mail:

weissenburg@selbsthilfe-lot.de

Verbesserte Lebensqualität durch gesteigerte Mobilität

Mehr Mobilität bringt Lebensqualität zurück. Die Lebensqualität von Patienten in einer Sauerstofflangzeit-Therapie zu verbessern, treibt uns an.

Mit unseren kleinen, leichten und portablen Flüssigsauerstoff-Systemen ermöglichen wir ein hohes Maß an Mobilität. Eine Unabhängigkeit von stationären Sauerstoffgeräten von mehr als 20 Stunden* erhöht die Mobilität und verbessert die Lebensqualität.

Fragen Sie Ihren Lungenspezialisten, ob für Sie eine Versorgung mit einem Flüssigsauerstoff-System in Frage kommt. Für weitere Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung Tel: 0800/52 50 274 (kostenfrei).

*abhängig vom Sauerstoffsystem und der eingestellten Flow-Rate

AIR
PRODUCTS

tell me more

www.airproducts.de/healthcare

kontakt@airproductsmedical.de

Service-Telefon: 0800/52 50 274 (kostenfrei)



LOT Saarland

Erster St. Wendeler Selbsthilfetag

Am Samstag, den 4. September 2010 fand der erste St. Wendeler Selbsthilfetag statt. Pünktlich um 9.00 Uhr erschien der saarländische Gruppenleiter der LOT vor dem Rathaus der Kreisstadt St.



Zahlreiche Flyer und Reportmaterialien gab's am Infostand.

Wendel im Saarland. Nach und nach kamen insgesamt rund zwölf Selbsthilfegruppen und bauten Tische und Bänke auf und legten ihre Materialien wie Flyer, Reports usw. aus.

Eröffnet wurde der Selbsthilfetag dann um 10.00 Uhr durch den Landrat

Udo Recktenwald, der die Aussteller und die Besucher begrüßte und viel Erfolg wünschte.

Im Laufe der Veranstaltung wurden wir auch von einer Reporterin der *Saarbrücker Zeitung* interviewt und von einem Moderator vorgestellt, dem wir ebenfalls Rede und Antwort standen.

Trotz schönen Wetters trauten sich nur wenige Interessenten, uns anzusprechen. Die, die es trotzdem taten, informierten sich oft auch für Verwandte und Bekannte. Die Mehrzahl des Publikums hörte sich die Durchsagen, Vorstellungen und Interviews in gebührendem Abstand aus einem der drei in unmittelbarer Nähe liegenden Cafés an.

Wollen wir hoffen, dass an diesem Samstag ein Anfang gemacht wurde, das Publikum seine Scheu nach und nach abbaut und zukünftig offensiver die Stände frequentiert.

Hermann Kiefer

KONTAKT Gruppenleiter Saarland
Hermann Kiefer
Tel. o 64 31/47 77 37
E-Mail: frankfurt@selbsthilfe-lot.de



Invacare® **SOLO₂**:
 für die flexible Sauerstofftherapie!

INVACARE | AQUATEC

Mit dem neuen transportablen Sauerstoffkonzentrator *Invacare® SOLO₂* sind Sie in allen Lebenssituationen bestens mit Sauerstoff versorgt.

Durch die Wahl zwischen kontinuierlichem Sauerstofffluss und Pulsmodus gewinnen Sie mehr Flexibilität, z. B. auf Reisen.

Der **SOLO₂** ist einfach in der Handhabung und besonders leise in der Anwendung, überzeugen Sie sich selbst!



INVACARE®AQUATEC GmbH
 Alemannenstraße 10
 88316 Isny
 info@invacare-aquatec.com
 www.invacare-aquatec.de

LOT Augsburg

Mobilität und Reisen – immer ein gefragtes Thema

„Sauerstoff und Mobilität“ – unter diesem Thema fand das Oktobertreffen der LOT-Gruppe Augsburg statt.

Axel Hohenlohe von Linde GasTherapeutics hat in anschaulicher Weise über die Transportmöglichkeiten und Sicherheitsbestimmungen von Sauerstoff im privaten Bereich, besonders in Pkws, berichtet.

Die vorgeschriebenen und möglichen Befestigungen im Pkw hat er genauso erklärt wie die gesetzlichen Vorgaben und die bundesweiten Nachtankmöglichkeiten für die kleinen 20-Liter-Reisetanks.



Axel Hohenlohe

Besonders die Vorstellung der bundesweiten Nachtankmöglichkeiten und der Ablauf dazu fanden großes Interesse, ebenso das ganze Thema „Mobilität und Reisen“, ... wir hatten an dem Tag keinen freien Stuhl mehr ... ;-)

ukb

KONTAKT Gruppenleiterin Augsburg
Ursula Krütt-Bockemühl
Tel. 08 21/78 32 91
E-Mail: augsburg@selbsthilfe-lot.de



Aufmerksame Zuhörer



Erfahrungsaustausch und Info-Bedarf



RC PFLEGE N

Nasen- und Rachenspray mit Sterilfilter

- das einzige Nasenspray, das durch integrierten Sterilfilter auch nach Anbruch bis zu 3 Jahren haltbar ist
- enthält isotonische Kochsalzlösung – befeuchtet wirksam die Schleimhäute
- schützt Nasen- und Rachenschleimhäute vor dem Austrocknen – enthält 2 % Dexpanthenol
- kommt ohne Konservierungsstoffe und Treibgase aus und enthält keine Öle



PZN 641 516 2

RC

R.Cegla GmbH & Co.KG
Tel. 02602 92130
www.rc-pflege.de

LOT Süd

Klinikbesichtigung des Gruppenverbandes LOT Süd in Zusmarshausen

Am 7. September trafen sich Teilnehmer der LOT-Gruppen Aalen, Augsburg, Landsberg, Ulm sowie ein Teilnehmer der LOT-Gruppe Stuttgart zu einer gemeinsamen Klinikbesichtigung der Zusamklinik in Zusmarshausen.

Die Zusamklinik, eine pneumologische Fachklinik in der Nähe von Augsburg, öffnete ihre Räume für die LOT-Mitglieder, die teils mit Bussen nach Zusmarshausen angereist kamen.

Chefarzt Dr. Marcus Hesse begrüßte die Teilnehmer und stellte die Behandlungsmöglichkeiten für Patienten mit folgenden Indikationen vor, u. a.:

- alle Lungenerkrankungen inklusive Tumorerkrankungen
- obstruktive Atemwegserkrankungen einschließlich Atemwegsallergien
- Aufnahme von Beatmungspatienten
- alle Formen der Tuberkulose
- Schlafmedizin



Im Schlaflabor.



Auf dem Weg zu den Patientenzimmern.

und übernahm anschließend die erste Führungstour durch die Klinik. In einem äußerst informativen und verständlichen Referat vermittelte er den Teilnehmern Kenntnisse zur Lungenfunktion.

Sabine Schulte von der Linde Gas-Therapeutics, die neben den Firmen medicair, HuL und pmt mit einem Info-Stand vertreten war, besprach in einem Workshop mit den Teilnehmern die Hintergründe zur Sauerstoff-Langzeit-Therapie.

Die Besichtigung der Diagnostikräume sowie des Schlaflabors und der Patientenzimmer vermittelten einen direkten Eindruck über das Leistungsspektrum der Zusamklinik in Zusmarshausen, im Besonderen für Sauerstoff-Langzeit-Therapie-Patienten, denn dass verschiedene mobile Tanksysteme zur Verfügung stehen, davon konnten sich die Teilnehmer beim Nachtanken selber überzeugen.

ukb

KONTAKT Gruppenleiterin Augsburg
Ursula Krütt-Bockemühl
Tel. 08 21/78 32 91
E-Mail: augsburg@selbsthilfe-lot.de

LOT Saarland

Umzug der Gruppe Saarland

Die Selbsthilfegruppe Saarland ist umgezogen. Es wurde notwendig; die Mitglieder murrten immer mehr über die schlechte Verkehrssituation in Saarbrücken. Nachdem auch noch die Futterstraße, Domizil unseres bisherigen Gastgebers KISS, zur Einbahnstraße gemacht wurde, war das Maß voll.

Neben der verkehrsmäßig hoch frequentierten Saarbrücker Innenstadt mit ihren teuren Parkplätzen fiel einigen Mitgliedern auch die Fahrt in einem relativ engen Fahrstuhl in den fünften Stock zur KISS schwer.

Kurzerhand beschlossen deshalb die anwesenden Mitglieder, ihren Treffpunkt ab Oktober 2010 zu verlegen, und zwar nach

Sulzbach-Altenwald, circa 15 Kilometer von Saarbrücken entfernt, in das dortige Turnerheim. Dort stehen direkt vor der Haustür genügend Parkplätze kostenlos zu Verfügung; die Toilette ist ebenerdig erreichbar.

Die Gaststätte wird von einem ehemaligen, inzwischen transplantierten Mitglied betrieben. Sie öffnet für uns die Gaststätte bereits um 15.00 Uhr (sonst erst um 17.00 Uhr) und versorgt uns neben Getränken auch mit selbst gebackenem Kuchen und kleinen Gerichten.

Hermann Kiefer

KONTAKT Gruppenleiter Saarland
Hermann Kiefer
Tel. 0 64 31/47 77 37
E-Mail: saarland@selbsthilfe-lot.de

LOT Münnerstadt

Sommerfest der SHG Münnerstadt

Zur traditionellen Sommer-Grillparty der SHG Münnerstadt hatte Manuela Röhlinger am 16. Juni 2010 wieder zu sich nach Hause eingeladen.

Ihre „LOTis“ und Partner/innen hatten bei traumhaft schönem Wetter Gelegenheit – diesmal als Überraschung –, verschiedene Elektromobile auszuprobieren.

Ob mit sechs Stundenkilometern oder rasant mit 15 Stundenkilometern, jeder konnte sich mit diesen Fahrzeugen vertraut machen und nach Herzenslust auf der ruhigen Straße in Haard am Altenberg umherdüsen. Das Sanitätshaus der Firma Hörnlein aus Bad Kissingen hatte freundlicherweise einen Mitarbeiter und mehrere Fahrzeuge bereitgestellt und fachkundig erklärt. Alle hatten großen Spaß daran und einige entschieden auch, sich ein solches Gefährt zuzulegen. Nun ja, das hat auch deutlich gemacht, dass Mobilität auch für „Sauerstöffler“ noch weiter ausbaufähig ist.

Es war ein toller Nachmittag.

Manuela Röhlinger



Reges Interesse fanden die Elektromobile der Fa. Hörnlein, Bad Kissingen.

KONTAKT Gruppenleiterin Münnerstadt
Manuela Röhlinger
Tel. 0971/7852571
E-Mail: muennerstadt@selbsthilfe-lot.de

• Aktiv

• Mobil

• Klein

• Alarmgesichert

• Leistungstark

• Leise

• Hohe Akkuleistung

• Leicht

Inogen One G2

GTI
medicare
Oxygen Technology

leise - leicht
und leistungsstark!



Der tragbare Konzentrator
mit hoher Akkuleistung



• Persönlicher,
individueller Service

• 24 h-Notdienst

• Urlaubsversorgung



GTI medicare GmbH

Hattingen · Bielefeld · Hamburg

www.gti-medicare.de

info@gti-medicare.de

Service-Telefon:

02324-91990 · 040-611369-0



LOT Nordhessen

Info-Stand regelrecht belagert

Bereits zum siebten Mal beteiligte sich LOT-Nordhessen/Kassel mit einem Stand am Deutschen Lungentag, der diesmal am 2. Oktober angesetzt war. Fast sechs Stunden lang beantworteten Mitglieder der Gruppe in der Kasseler Kurfürstengalerie Fragen, boten Informationsmaterial sowie Messungen der Sauerstoffsättigung im Blut mit dem Pulsoxymeter an.

Langweilig war es den aktiven LOT-Mitgliedern auch in den vergangenen Jahren bei dieser Veranstaltung im Kasseler Einkaufszentrum nie geworden. Doch diesmal wurde der Info-Stand zeitweise regelrecht belagert. Dabei fiel auf, dass viele ihn gezielt ansteuerten, um Auskunft über die Sauerstoff-Langzeit-Therapie zu erhalten.

Um sauerstoffpflichtige Patienten handelte es sich, die Interesse an LOT äußerten, sowie um Angehörige oder Freunde von Sauerstoffpflichtigen. Groß auch die Zahl derjenigen, bei denen aufgrund ihrer Grunderkrankung eine Sauerstoff-Langzeit-Therapie ins Haus steht. Da konnten hoffentlich Ängste genommen und deutlich gemacht werden, welche Chancen diese Therapie bietet.

Der Dame, die ganz begeistert war, wie gut ihr 40 Minuten Sauerstoffschnuppern am Tag tue, wollten wir die gute Laune allerdings nicht verderben. Wohl aber anzweifeln, dass ihr das ein Arzt verordnet habe. Und dem allem Anschein nach recht gesunden und betuchten Ehepaar, das sich einen Konzentrator zugelegt hatte und wissen wollte, wie viel Sauerstoff denn gut sei, empfahlen wir, einen Onkel Doktor aufzusuchen. Auch solche Gespräche gab es. Sauerstoff-Langzeit-Therapie und Wellness haben nun mal nichts gemein.

Jetzt bleibt abzuwarten, ob der eine oder andere Interessierte auch eins der regelmäßigen Treffen der Nordhessen-Gruppe besucht. Sie finden an jedem dritten Samstag im Monat ab 14.30 Uhr im KISS-Selbsthilfetreffpunkt, Wilhelmshöher Allee 32A, in Kas-



Hochbetrieb am LOT-Stand in der Kasseler Kurfürstengalerie.

sel. Um Fragen rund um die Sauerstoff-Langzeit-Therapie geht es da, um Gruppengespräche sowie um Veranstaltungen mit Referenten.

Noch näher kennenlernen kann man sich an jedem ersten Mittwoch im Monat, wenn ab 14.30 Uhr zu Spaziergängen mit anschließender Kaffeetafel eingeladen wird. Im September war übrigens der Möhnesee bei Soest das Ziel. Der Gruppenverband West hatte zum ersten therapeutischen Spaziergang mit Sauerstoff eingeladen. Eine 120-Kilometer-Anreise war da für einige aus Nordhessen angesagt. Keine Angst: Erst einmal wird wieder heimatnah spaziert.

Rainer Gießmann

KONTAKT Gruppenleiter Nordhessen
Rainer Gießmann
Tel. 05 61/9 37 23 49
E-Mail: nordhessen@selbsthilfe-lot.de
Stellvertreter: Gerhard Kulpe
Tel. 05 61/52 61 68

LOT Landshut

Regionalgruppe für Sauerstoff-Langzeit-Therapie in Landshut gegründet

„Sauerstoff ist unser Leben“ – unter diesem Motto begrüßte Schirmherr und Gastgeber Dr. Reinhard Zimmermann, Pneumologe, Allergologe und Somnologe (DGSM) des Klinikums Landshut am 10. November Selbsthilfe-Regionalgruppenleiterin Elma Hendlmeier sowie zahlreiche interessierte Zuhörer zur Auftaktveranstaltung im Konferenzraum Hammerbach.

Unter Langzeitsauerstofftherapie versteht man die Zugabe von Sauerstoff zur Einatemungsluft über täglich mindestens 16, manchmal auch 24 Stunden.

Einganges erklärte Ursula Krütt-Bockemühl, stellvertretende Vorsitzende der Dt.Sauerstoffliga LOT e.V. Bad Reichenhall, anschaulich und informativ die Arbeit der LOT (engl. long term oxygen therapy). Weiter stellte sie spezielle Techniken der Firmen Linde, MedicAir, Sapio Life und Vivisol vor, die diese lebenswichtige

Therapie erst ermöglichen. Auch konnten sich interessierte Zuhörer anhand verschiedener ebenfalls vorgestellter Sauerstofftanks und umfangreichem Infomaterial ein Bild von den Fortschritten in der Sauerstoffmedizin und der individuellen Versorgung machen.

Die Gruppenleiterin im Bereich Landshut und Umgebung Elma Hendlmeier, selbst Betroffene dieser Therapieform, bedankte sich für die Vorstellung bei den Mitpatienten, den Ärzten Dr. Reinhard Zimmermann, Dr. Gerhard Steinkirchner (Lungenfacharzt Landshut) und bei Dr. Ulrich Randolph-Weiss, Betriebsarzt der Deutschen Rentenversicherung (DRV). Einen weiteren Dank richtete sie an die Vorstände des Selbsthilfeverbandes „Hand in Hand“ Marianne Schwaiger und Ursula Buchner, die Lungensportgruppe Freising. Danke sagte sie auch Bernhard Herker, Leiter der Zweigstelle Niederaichbach der Raiffeisenbank Essenbach für einen namhaften Betrag zur Gründung der neuen Regionalgruppe, der Industrie, insbesondere der Firma Linde für das Sponsoring der Veranstaltung. Besonderen Dank sprach sie der Atemphysiotherapeutin Constanze Schwidder-Schäfer aus, die der neuen Selbsthilfegruppe stets hilfreich zur Seite steht und auch einen Raum in ihrer Praxis in der Haggrainerstr. 4, Landshut unentgeltlich zur Ver-



(v. li.) Constanze Schwidder-Schäfer, Marianne Schwaiger, Elma Hendlmeier, Ursula Krütt-Bockemühl, Bernhard Herker und Dr. Reinhard Zimmermann

LOT Karlsruhe

Klinikbesichtigung in der Albert-Schweitzer-Klinik in Königsfeld

Unsere kleine Gruppe, es hatten vorher leider einige wieder abgesagt, fuhr am 9. September mit einem kleinen Reisebus von Karlsruhe nach Königsfeld im Schwarzwald.

In der Albert-Schweitzer-Klinik wurden wir von Dr. Heitmann, Chefarzt der Pneumologie, begrüßt und anschließend führte uns Herr Hubrich, Chef der Physiotherapie, durch die Klinik. Bei dieser Gelegenheit wurde auch gleich das Treppensteigen geübt. Herr Hubrich stellte den Rollator unserer Hannelore auf die Seite, schnappte sich ihr Sauerstoffgerät und „stürmte“ mit ihr in den dritten Stock, achtete dabei auf ihre Atmung und gab Tipps zur richtigen Atemtechnik. Der Rest der Gruppe musste hinterher.

Nach der freundlichen Aufnahme und Rundgang hatten wir Zeit zum Spazierengehen oder Ausruhen, anschließend gab es ein gutes Mittagessen im Speisesaal. Dr. Heitmann hat sich beim Essen unseren vielen Fragen gestellt. Nach kurzer Pause ging es in den Vortragssaal. Dr. Heitmann hat uns über das Inspirationsmuskelttraining mit dem Threshold IMT informiert. Da er in uns erfahrene Sauerstoffpatienten vermutete, wollte er ein weniger bekanntes Thema wählen. Er hatte recht, von diesem Training hatten die wenigsten von uns etwas gehört. Anschließend hatten wir die Gelegenheit, noch weitere Fragen zu stellen. Es war sehr inter-

fügend stellt. Hier trifft sich die neu gegründete Gruppe künftig jeden zweiten Mittwoch im Monat, erstmals also am 8. 12. 2010, jeweils um 15.00 Uhr. Ziel dieser Treffen ist ein zwangloses Erfahrungsaustausch der Patienten helfen soll Ängste abzubauen, Mobilität und Interessen anzuspornen, sowie Hilfen und Tipps rund um die Sauerstofftherapie und den damit verbundenen Einschränkungen anzunehmen. Weitere Info bei Elma Hendlmeier, Telefon 08702/1344 oder per E-mail an landshut@selbsthilfe-lot.de

KONTAKT Gruppenleiterin Landshut
Elma Hendlmeier
Tel. 0 87 02/13 44
E-Mail: landshut@selbsthilfe-lot.de



Die Albert-Schweitzer-Klinik in Königsfeld.

essant, eine Klinik, die für uns Sauerstoffpatienten gut ausgestattet ist, vor Ort zu begutachten und den Chefarzt sowie den Chephysiotherapeuten mit Fragen „löchern“ zu können. Die Fahrt hat sich gelohnt. Wir sind mit vielen neuen Erkenntnissen und Eindrücken wieder wohlbehalten nach Karlsruhe zurück gekehrt.

KONTAKT Gruppenleiterin Karlsruhe
Rita Keller
Tel. 0 70 45 / 27 04
E-Mail: karlsruhe@selbsthilfe-lot.de

GEWINNER BEIM 14. PATIENTENKONGRESS DER LOT IN BAD REICHENHALL

Gewinner der Fa. Sapiolife

Je einen Finger-Pulsoxymeter:

Frau Hildegard Wiesener
Herr Heinrich Liebe
Frau Eva Bertsch

Gewinner der Fa. MedicAir

Pulsoximeter: Alfred Keller
Free Fresh Kerze: Joachim Hermid
Bademantel: Wolfgang Schneider
Handtuchset: Eva Bertsch
Handtuchset : Michael Golinske

Handtuchset:
Handtuchtasche (klein):

Halstuch:
USB-Stick:
USB-Stick:

USB-Stick:
Reisemäus:
Reisemäus:
Reisemäus:
Badeschuhe-Set:

Barbara Eyrich
Sr. Martha,
Klinik DRV Bad Reichenhall
Irmis Sdobik (Traunwalchen)
Gerhard Kulpe
Sr. Pia,
Schön-Kliniken Schönau a. K.
Carolin Holl
Katharina Fellner
Elke Angerer
Renate Schall
Josef Schall

Die ‚LOT‘ als Bindeglied zwischen Arzt und Patient

Die Deutsche Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e. V. setzt verstärkt auf Schulungsprogramme

Mit immer mehr Technik ist die Sauerstoff-Langzeit-Therapie für den Patienten eine Herausforderung bei ihrer praktischen Umsetzung im Alltag. Immer mehr Technik und eine unübersichtliche Vielfalt an Möglichkeiten der individuell angepassten Versorgung erfordert ein ausgesprochen großes Know-how, wenn es um die Umsetzung der Langzeit-Sauerstoff-Therapie in die Praxis des Alltags geht.

Der Schlüssel zum Erfolg dieser Therapie ist die Bereitschaft des Patienten, diese Therapie anzunehmen. Dabei unterstützt die Deutsche Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e. V.

Sie ist seit über 13 Jahren auf diesem Gebiet beratend aktiv und hat sich als Bindeglied zwischen Patienten und Medizinern etabliert. Sie versteht sich als Fachgesellschaft in einer sich schnell verändernden technischen Medizinwelt. Wegen dieses schnellen technischen Wandels kommen immer mehr Ärzte und medizinisches Personal an die Grenzen des technischen Wissens um eine einzelne Therapieform, da die Vielfalt dieser medizinischen Therapie mittlerweile ein Expertenwissen voraussetzt.

Betroffene Patienten, die aus eigener Erfahrung und mit eigenen Worten ihren Mitpatienten aus einem reichen Erfahrungsschatz ein fundiertes Wissen rund um die

Langzeit-Sauerstoff-Therapie weitergeben können, stellen in der Selbsthilfearbeit ihre erworbene Fachkompetenz auch den Medizinern und dem medizinischen Fachpersonal zur Verfügung.

Was vor einigen Jahren als Pilotprojekt in einer pneumologischen Praxis in Augsburg gestartet wurde und sich zwischenzeitlich an vielen Standorten bundesweit erfolgreich etabliert hat, ist die „Persönliche Sauerstoff-Beratung“. Zu festgelegten Zeiten steht ein erfahrener und von der LOT e. V. entsprechend geschulter Sauerstoff-Patient in einer pneumologischen Praxis oder aber auch in einer Klinik Rede und Antwort.

Er informiert nicht nur über die verschiedenen Versorgungsmöglichkeiten, sondern berät vor allem auch Patienten, die sich kurzfristig auf die Sauerstoff-Therapie einstellen müssen, bietet seine begleitende technische Hilfe an.

Des Weiteren werden in verschiedenen Rehabilitationskliniken als auch in Akut-Kliniken, Sauerstoff-Schulungen unter dem Begriff: „Leben mit Sauerstoff im Alltag“ angeboten und haben sich als fester Bestandteil in Form einer Patientenschulung dort etabliert. Auch hier sind es erfahrene, geschulte Patienten, die ihr Wissen weitergeben.

Neu im Schulungsprogramm der Deutschen Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e. V. ist das Schulungsmobil, das auf Anforderung zu einem gewünschten Standort kommt, um Betroffene, medizinisches Personal und Interessierte über die Langzeit-Sauerstoff-Therapie zu informieren. Das „LOT-Schulungsmobil“ kann für Schulungen in Kliniken und Praxen, sowie auf Kongressen, für Firmen und Kostenträger oder in einer Selbsthilfegruppe für regionale Schulungen, Referate und Workshops rund um das Thema „Sauerstoff-Langzeit-Therapie im Alltag“ gebucht werden. Diese Schulungen werden von Frau Ursula Krütt-Bockemühl durchgeführt, die selbst betroffen ist und als stellvertretende Vorsitzende der LOT Selbsthilfe seit Jahren für die LOT e. V. aktiv ist.



Ursula Krütt-Bockemühl ist nicht nur stellvertretende Vorsitzende der Deutschen Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e. V., sondern auch selber Sauerstoff-Langzeit-Therapie Patientin.



Die „LOT“ bietet auch Fortbildungen an für Ärzte und medizinischem Personal zum aktuellen Stand der Technik.

Bildnachweis: med info GmbH

„Die jeweiligen Themen und Inhalte einer Schulung können nach individuellen Wünschen abgestimmt werden“, erläutert Krütt-Bockemühl. „Zur Bewältigung der Alltagsbelastung kann ich LOT-Patienten auch durch gezieltes ADL-Training (activity of daily life) wertvolle Tipps und kompetente Unterstützung geben.“ Buchbar ist das LOT-Schulungsmobil unter lotmobil@selbsthilfe-lot.de.

Die „LOT“ setzt verstärkt auf Schulungsprogramme und initiiert unterschiedliche Veranstaltungen:

- Einführung in die Langzeit-Sauerstoff-Therapie für Betroffene und Angehörige

und die therapeutischen Möglichkeiten

- Schulung für Betroffene
- Informationsveranstaltungen für alle Beteiligten, wie etwa auch: Der richtige Umgang mit Behörden
- Fortbildungen für Ärzte und medizinisches Personal zum aktuellen Stand der Technik
- Einmal jährlich stattfindender Patientenkongress

Nicht zu vergessen ist der 2x jährlich erscheinende O2-Report. Ein Fachblatt zu allen Themen, die die Sauerstoff-Therapie betreffen. Der O2-Report kann gerne von Arztpraxen, Krankenhäusern und Rehabi-

litationskliniken angefordert werden. Die „LOT“ in ihrer Nähe:

Bundesweit hat die LOT derzeit 46 regionale Gruppen mit regelmäßig stattfindenden Treffen und mehr als 20 telefonische Ansprechpartner, die gerne weiterhelfen. Eine Übersicht wer, wen, wo erreichen kann, ist auf der Website (www.selbsthilfe-lot.de) zu finden.

Die „LOT“ versteht sich als Partner für Betroffene, Angehörige, Industrie und der Medizin, denn „Sauerstoff ist Leben“.

Ursula Krütt-Bockemühl,
stellvertretende Vorsitzende der LOT e. V.

Besuchen Sie
die Geschäftsstelle der
**Deutschen
SauerstoffLiga LOT e.V.**
in Bad Reichenhall



Frau Elke Angerer
Frühlingstr.1
35 Bad Reichenhall
Tel: 08651 762148
Email: info@selbsthilfe-lot.de
www.selbsthilfe-lot.de



Geschäftszeiten:
Di. – Fr.: 8.30 Uhr – 12.30 Uhr
Do.: 13.30 Uhr – 17.00 Uhr

Sauerstoff-Patienten profitieren

Der Erlös des Benefiz-Fußballturniers mit FEK-Beteiligung geht an Selbsthilfegruppe

NEUMÜNSTER Als Spieler war Dr. Dominique Hamann erfolgreich mit seiner FEK-Elf beim „Pneumo-Cup“. Jetzt übergab er einen symbolischen Scheck über 925,41 Euro. Die tatsächliche Überweisung an die Deutsche Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) wird jedoch 1000 Euro betragen. Die Firma Air-Products, die das Benefiz-Fußballturnier im September in Padenstedt veranstaltet hatte, rundete den Betrag kurzerhand auf. LOT-Vorstandsmitglied Michael Golinske: „Das Geld

fließt in den Aufbau von Schulungen für Patienten und pneumologische Assistenten.“ Der Verein unterstützt Menschen, die wegen einer Krankheit permanent mit Sauerstoff versorgt werden müssen. Am Turnier in Padenstedt nahmen noch die Uni Kiel, die Thoraxklinik Großhansdorf und das Forschungszentrum Borstel teil. „Das FEK-Team entscheidet, wohin der Erlös des Pneumo-Cups 2011 geht“, erklärte Sven Lorenzen von Air-Products.

Tpo



Dominique Hamann (2. von rechts) übergibt den Scheck an Michael Golinske (links). Annette Hess und Sven Lorenzen rundeten den Betrag auf.

POST

Regionale Treffpunkte

Hier finden Sie Gruppen in Ihrer Nähe, mit Sauerstoff-Langzeit-Therapie-Patienten die für den Erfahrungsaustausch und gemeinsame Aktivitäten zur Verfügung stehen.

Aalen

Rudi Mittmann, Tel. 07361/68693
E-Mail: aalen@selbsthilfe-lot.de

Ansbach und Umgebung

Hans Messinger, Tel. 09871/1618
E-Mail: weissenburg@selbsthilfe-lot.de

Augsburg und Umgebung

Ursula Krütt-Bockemühl, Tel. 0821/783291
E-Mail: augsburg@selbsthilfe-lot.de

Bad Dürkheim

Ralf Krieger, Tel. 07726/4738
E-Mail: schwarzwald@selbsthilfe-lot.de

Bad Reichenhall

Wolfgang Schneider, Tel. 0861/6815
E-Mail: badreichenhall@selbsthilfe-lot.de

Berlin

Hermann K. Knüppel, Tel. 030/32593628
E-Mail: berlin@selbsthilfe-lot.de

Berlin-Spandau

Hendrik Rieger, Tel. 030/33507065
E-Mail: spandau@selbsthilfe-lot.de

Bonn

Geka Harbauer, Tel. 0228/664531, ab 14 Uhr
bonn@selbsthilfe-lot.de

Bünde und Umgebung

Mirko Vranes, Tel. 02922/910234
E-Mail: herford@selbsthilfe-lot.de

Donaustauf

Josef Schneider, Tel. 09402/2946
E-Mail: donatauf@selbsthilfe-lot.de

Donauwörth

Ursula Krütt-Bockemühl, Tel. 0821/783291
E-Mail: augsburg@selbsthilfe-lot.de

Dorsten

Michael Golinske, Tel. 02362/9749921
E-Mail: dorsten@selbsthilfe-lot.de

Dresden

Claus-Peter Müller, Tel. 03522/502125
E-Mail: dresden@selbsthilfe-lot.de

Erfurt

Michael Rohrlack, Tel. 0361/5514276
E-Mail: erfurt@selbsthilfe-lot.de

Flensburg

Dr. Gerhard Kornowski, Tel. 0461/51264
flensburg@selbsthilfe-lot.de

Frankfurt/Rhein-Main

Hermann Kiefer, Tel. 06431/477737
E-Mail: frankfurt@selbsthilfe-lot.de

Freising

Sabine Möller, Tel. 08161/140472
freising@selbsthilfe-lot.de

Hagen und EN-Kreis:

Elke Gutschmidt, Tel. 02331/3751061
E-Mail: hagen@selbsthilfe-lot.de

Karlsruhe

Rita Keller, Tel. 07045/2704
E-Mail: karlsruhe@selbsthilfe-lot.de

Kelkheim

Hermann Kiefer, Tel. 06431/477737
E-Mail: frankfurt@selbsthilfe-lot.de

Kitzingen

Werner Herrmann, Tel. 09369/1308
E-Mail: kitzingen@selbsthilfe-lot.de

Koblenz

Franz-Josef Kölzer, Tel. 06746/8356
E-Mail: koblenz@selbsthilfe-lot.de

Kutzenberg

Elfriede Langheinrich, Tel. 09573/331613
E-Mail: kutzenberg@selbsthilfe-lot.de

Landsberg

Ursula Krütt-Bockemühl, Tel. 0821/783291
E-Mail: augsburg@selbsthilfe-lot.de

Landshut

Elma Hendlmeier, Tel.: 08702/1344
E-Mail: landshut@selbsthilfe-lot.de

Leipzig

Dr. Hans-Georg Brückner, Tel. 0341/8617766
E-Mail: sachsen@selbsthilfe-lot.de

Limburg/Lahn

Hermann Kiefer, Tel. 06431/477737
E-Mail: frankfurt@selbsthilfe-lot.de

Löwenstein

Karl Scholl, Tel. 07131/60173
E-Mail: loewenstein@selbsthilfe-lot.de

Mainburg/Hallertau

Waltraud Neumayr, Tel. 08751/845147
E-Mail: mainburg@selbsthilfe-lot.de

Mannheim

Gerhard Hinderberger, Tel. 0621/796625
E-Mail: mannheim@selbsthilfe-lot.de

Marktheidenfeld

Herr Werner Herrmann, Tel. 09369/1308
E-Mail: kitzingen@selbsthilfe-lot.de

Moers

Arie Knipscheer, Tel. 0203/338559
E-Mail: moers@selbsthilfe-lot.de

München-Bogenhausen

Richard Fox, Tel. 0891/1346
E-Mail: muenchen@selbsthilfe-lot.de

Münnerstadt

Manuela Röhlinger, Tel. 0971/7852571
E-Mail: muennerstadt@selbsthilfe-lot.de

Nordhessen

Rainer Gießmann, Tel. 0561/9372349
E-Mail: nordhessen@selbsthilfe-lot.de

Nürnberg und Umgebung

N.N.
E-Mail: nuernberg@selbsthilfe-lot.de

Oberhausen

Reinhard Pohlmann, Tel. 0208/6562607
E-Mail: oberhausen@selbsthilfe-lot.de

Ostwestfalen – Lippe

Werner Klausen, Tel. 05252/9896865
E-Mail: ostwestfalen@selbsthilfe-lot.de

Pfronten

Ralf Weiss, Tel. 08364/8780
E-Mail: pfronten@selbsthilfe-lot.de

Rosenheim

Joachim Megerlin, Tel. 0160/96750991
E-Mail: rosenheim@selbsthilfe-lot.de

Saarbrücken

Hermann Kiefer, Tel. 06431/477737
E-Mail: frankfurt@selbsthilfe-lot.de

Schwarzwald

Ralf Krieger, Tel. 07726/4738
E-Mail: schwarzwald@selbsthilfe-lot.de

Simmern

Franz-Josef Kölzer, Tel. 06746/8356
E-Mail: simmern@selbsthilfe-lot.de

Soest

Mirko Vranes, Tel. 02922/910234
E-Mail: soest@selbsthilfe-lot.de

Stuttgart und Umgebung

Waltraud Schönfeld, Tel. 07141/926765
E-Mail: stuttgart@selbsthilfe-lot.de

Ulm

Rita Laschinsky
Tel. 07309/2668, Fax: 07309 428038
E-Mail: ulm@selbsthilfe-lot.de

Weißenburg

Hans Messinger, Tel. 09871/1618
E-Mail: weissenburg@selbsthilfe-lot.de

Bitte helfen Sie uns

auch in Zukunft den O₂-Report weiterhin lesens- und wissenswert zu gestalten.

Wir freuen uns sehr über Leserbriefe und redaktionelle Beiträge oder nehmen Ihre Anregungen gerne entgegen.

Ihr Redaktions-Team

Neues von der Website: Informationen über Medizintechnik abrufbar

Nachdem die Einführung der neuen Technik (eigenes CMS) abgeschlossen ist, haben wir begonnen den geschützten Mitgliederbereich mit Leben zu füllen. An erster Stelle stand der Bereich der Medizintechnik, in dem Sie nunmehr zu fast jedem medizinischen Gerät, das für die Sauerstoff-Langzeit-Therapie wichtig ist, ein Produktblatt mit Foto finden. Egal, ob Flüssigsauerstoff, Versorgung mit Sauerstoffkonzentrator und Gasdruckflaschen, tragbare oder transportable Konzentratoren oder zahlreiches Zubehör, Verbrauchsmaterial oder Neues auf dem Markt. Unter diesen Menüpunkten finden Sie die entsprechenden Infos. Auch im Bereich der aktuellen Angebote gibt es bereits eine breite Palette an Informationen.

Sie möchten wissen wie Ihr Chat-Partner aussieht, ...kein Problem. Neben einer Sammlung von Bildern aus den Gruppen, gibt es auch einen Menüpunkt unter dem Fotos von Chatteilnehmern, aber auch von Gruppenleitern der LOT zu sehen sind. Ihr Bild fehlt noch in der Sammlung? Auch kein Problem!

Schicken Sie mir bitte an die Emailadresse webmaster@selbsthilfe-lot.de ein Foto von sich in einem gängigen Bildformat und ich veröffentliche dieses unter dem passenden Menüpunkt. Ebenso freuen wir uns über Fotos aus der Gruppenarbeit oder von der letzten Aktivität mit Sauerstoff!

Ein weiteres großes Thema, das auch die Website betreffen wird, ist die von der Mitgliederversammlung im September in Bad Reichenhall beschlossene Namensänderung. Aus der Deutschen Selbsthilfegruppe Sauerstoff-Langzeit-Therapie (LOT) e.V., wird die Deutsche Sauerstoffliga LOT e.V., Selbsthilfegruppen für Sauerstoff-Langzeit-Therapie.

Ich schreibe bewusst wird, da dieser Namenswechsel zwar schon beim Vereinsgericht eingetragen wurde, die Umsetzung aber Zug um Zug stattfinden wird. Bei allen gedruckten Sachen wird der Name aus Kostengründen erst mit der nächsten Auflage geändert. Auf der Website ist die Namensänderung sicherlich am schnellsten durchzuführen (bis auf das neue Logo, bzw.

neuen offiziellen Schriftzug). Nichts desto trotz wird die Website aber noch eine Zeit unter der alten URL www.selbsthilfe.lot.de erreichbar sein. Sie sollten sich aber trotzdem schon einmal an die neue URL www.sauerstoffliga.de gewöhnen und auch Ihre Favoriten im Browser ändern, bzw. anpassen!

Gleiches gilt auch für die Emailadressen. Auch hier wird dafür Sorge getragen, dass jeder Inhaber einer offiziellen Emailadresse von der LOT noch einige Zeit auch über seine „alte“ Mailadresse erreichbar ist.

Ich hoffe, daß diese Änderungen und Erweiterungen dazu beitragen, die LOT im Sinne aller Betroffenen und Angehörigen ein Stück weiter nach vorn zu bringen.

Zu guter Letzt wünsche ich Ihnen allzeit ausreichend Luft unter der Nase und würde mich freuen, wenn Sie mir Ihre Anregungen und Ideen senden und auch beim nächsten Mal wieder dabei sind, wenn es heißt ... „Neues von der Website“!

Ihr Webmaster

Michael Golinske (mg)

webmaster@selbsthilfe-lot.de



Mehr Lebensqualität durch unsere neue Atmungsunterstützung.

High Flow Atmungsunterstützung mit warmem und feuchtem Luft/Sauerstoff-Gemisch:

- offenes System
- keine Leckagen
- keine Druckstellen
- sanft in der Anwendung
- nebenwirkungsfrei
- sehr hoher Tragekomfort
- keine Maskenanpassung
- leichteres Abhusten
- für die Klinik und Zuhause

Die TNI® NIC Nasenbrille für Ihre leise O₂ Beatmung

- die komfortable Sauerstofftherapie
- aus sehr weichem Silikon
- bequem, weich, locker und leicht
- sanft in der Anwendung

TNI II®
medical

TNI medical AG
Würzburg • Freiburg
Tel. 0800 4636 864 (kostenfrei)
info@tni-medical.de
www.tni-medical.de

Per Fax 073 09/42 80 38 oder per Post

B E I T R I T T S E R K L Ä R U N G



Deutsche Sauerstoffliga LOT e. V.

Anmeldung:
Rita Laschinsky
Hufeisenweg 2
89264 Weißenhorn

Telefon: 073 09/26 68

Telefax: 073 09/428038

Hotline: 018 05/97 09 27

anmeldung@selbsthilfe-lot.de

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zum Verein:

Deutsche Sauerstoffliga LOT e.V.

Anrede:	Beruf:
Vorname:	Zuname:
Straße / Nr.:	PLZ / Ort:
Telefon:	Telefax:
E-Mail:	Handy:
Geburtsdag (freiwillige Angabe):	Eintrittsdatum:
Krankheitsbild (freiwillige Angabe):	

Der Jahresmindestbeitrag zur Mitgliedschaft beträgt 15,00 € (Ausland: 20,00 €) und gilt als untere Beitragsgrenze. Höhere Beiträge sind natürlich möglich.

☐ Einzugsermächtigung für den Jahresbeitrag in Höhe von _____ € wird hiermit erteilt.

Bankname: _____

Kontonummer: _____ BLZ: _____

Datum, Unterschrift (Einzugsermächtigung): _____

☐ Damit meine Adresse / Telefonnummer anderen Patienten zur Kontaktaufnahme mitgeteilt werden kann, entbinde ich die Deutsche Sauerstoffliga LOT e. V. von der Einhaltung des Datenschutzgesetzes!
(Zutreffendes bitte ankreuzen!)

Ort, Datum: _____

(Unterschrift Neumitglied)

Rita Laschinsky
Deutsche Sauerstoffliga LOT e. V.

Deutsche Sauerstoffliga LOT e. V.

Vorsitzende: Dr. Birgit Krause-Michel, Olympiarig 19b, 83435 Bad Reichenhall
Kontonummer 35600, BLZ 71152680, Kreis- und Stadtsparkasse Wasserburg am Inn
VR 654, Amtsgericht 83410 Laufen

VORSTANDSCHAFT

VORSITZENDE

DR. BIRGIT KRAUSE-MICHEL
Tel.: 08651/984818, Fax: 08651/984819
vorstand@selbsthilfe-lot.de

STV. VORSITZENDE

URSULA KRÜTT-BOCKEMÜHL
Tel.: 0821/783291, Fax: 0821/478 68 975
augsburg@selbsthilfe-lot.de

BEISITZER IT/WEBMASTER

MICHAEL GOLINSKE
Tel.: 02362/81375, Fax: 02362/81376
webmaster@selbsthilfe-lot.de

BEISITZER

GESUNDHEITSPOLITIK

FRANZ-JOSEF KÖLZER
Tel.: 06746/8356
koblenz@selbsthilfe-lot.de

BEISITZER MEDIZINTECHNIK

HANS MESSINGER
Tel.: 09871/1618, Fax: 09871/6791111
weissenburg@selbsthilfe-lot.de

BEISITZER GRUPPEN-
LEITERSPRECHER

WOLFGANG SCHNEIDER
Tel.: 0861/6815
badreichenhall@selbsthilfe-lot.de

EHRENVORSITZENDER

HANS DIRMEIER
Tel.: 08071/2634
ehrenvorstand@selbsthilfe-lot.de

MITGLIEDERANMELDUNG

RITA LASCHINSKY
Tel.: 07309/2668, Fax: 07309/428038
anmeldung@selbsthilfe-lot.de

O₂ - REPORT

redaktion-O2-report@selbsthilfe-lot.de

LOT-SERVICELINE

01805/970927 (14 Ct./min.)

LOT - GESCHÄFTSSTELLE

Deutsche Sauerstoffliga LOT e.V., Frühlingstraße 1, 83435 Bad Reichenhall
Telefon: 08651/762148, Telefax: 08651/762149, info@selbsthilfe-lot.de

FÖRDERNDE MITGLIEDER

Wir danken unseren fördernden Mitgliedern für die gute Zusammenarbeit und die Unterstützung:

air-be-c Medizintechnik GmbH
Gera

Cegla GmbH & Co KG
Montabaur

DeVilbiss Healthcare
Malsch

**Espan Klinik,
Kliniken Benner GmbH & Co KG**
Bad Dürkheim

Heinen + Löwenstein GmbH
Bad Ems

Invacare Aquatec GmbH
Isny

Linde Gas Therapeutics GmbH
Unterschleißheim

MIC GmbH
Herford

MedicAir Deutschland GmbH
Kirchheim

**Respironics Deutschland
GmbH & Co KG**
Herrsching

TNI Medical AG
Freiburg

Vivisol Deutschland GmbH
Neufahrn

(Auflistung in alphabetischer Reihenfolge)

IMPRESSUM

Herausgeber und Anzeigen:

Deutsche Sauerstoffliga LOT e.V.,
Vorsitzende: Dr. Birgit Krause-Michel,
Olympiaring 19b, 83435 Bad Reichenhall.

Redaktion: Redaktionsteam

Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder übernehmen wir keine Haftung. Die namentlich gekennzeichneten Beiträge geben die Meinung der Verfasser wieder.

Die Inhalte der Werbeanzeigen sind Informationen der jeweiligen Unternehmen. Die Redaktion behält sich vor, Beiträge gegebenenfalls zu kürzen.

Layout/Lithographie/Druck:

prepress dasing, Taitinger Straße 6,
86453 Dasing, E-Mail: pepeda@t-online.de

Copyright, soweit nicht einzeln anders angegeben:

Deutsche Sauerstoffliga LOT e.V.
und prepress dasing

INSERENTENVERZEICHNIS

air-be-c Medizintechnik GmbH, S. 34; AIR LIQUIDE VitalAire, S. 25; AIR PRODUCTS, S. 43; DEHAS, S. 32; Espan-Klinik, S. 42; GTI medicare, S. 6; GTI medicare, S. 47; Heinen + Löwenstein, S. 29; INVACARE AQUATEC, S. 44; Kicking Optikdesign, S. 41; Klinik Bad Reichenhall, S. 37; Kliniken Südostbay-

ern, S. 36; Linde Gas Therapeutics GmbH, S. 39; Medical Instruments Corporation, S. 21; MedicAir, S. 3; OXYCARE, S. 11; Oxyparat C. Allihn GmbH, S. 27; Rangauklinik Ansbach, S. 33; RC R. Regla GmbH & Co. KG, S. 17; RC R. Regla GmbH & Co. KG, S. 45; rmc STOLZE, S. 10; SAPIO life Homecare,

S. 31; TNI medical, S. 53; VIVISOL AtemCenter, S. 9; VIVISOL Home Respiratory Care, S. 56; WEIN-MANN, S. 19

Wir danken unseren Inserenten und der GKV-Gemeinschaftsförderung Selbsthilfe auf Bundesebene für die Unterstützung dieser Ausgabe.



VIVISOL
Home Respiratory Care



Sauerstofftherapie

Verwirrend?



Wir finden gemeinsam die für Sie geeignete Versorgung!

VIVISOL Deutschland GmbH
Werner-von-Siemens-Straße 1 • D-85375 Neufahrn
Tel.: +49 (0)36207-5110 • Fax: +49 (0)800-8484329
E-mail: info@vivisol.de • www.vivisol.de

Kostenlose Urlaubsversorgung? Machen wir! Auch im Ausland!