

**Informierte Patienten
wissen und können mehr**

Von uns kommt die

LUFTPOST 4 x jährlich

Kompetent - Verständlich - Patientengerecht



**Deutsche PatientenLiga
Atemwegserkrankungen e.V.**

Ansprechpartner:

Ulrich Schulte Tel.: 069 / 2002 1304

Manfred Schösser Tel.: 06102 / 53 416

oder die

**Deutsche PatientenLiga
Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA**

Geschäftsstelle

Adnet-Str. 14, 55276 Oppenheim

Telefon: 06133 / 35 43

Fax: 06133 / 57 383 27

Montag bis Donnerstag von 8.30 - 13.30 Uhr

E-Mail: info@pat-liga.de

Schauen Sie auch auf unsere Homepage:

www.pat-liga.de

**Werden Sie Mitglied der
Deutschen PatientenLiga
Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA!**

Der Jahresbeitrag beträgt 25,00 €.
Die „Luftpost“ erhalten Sie dann kostenlos.

**Programm
des Ortsverbandes
Frankfurt / Main**

2018

**Selbsthilfe
schafft
Lebensqualität**

Termine und Themen

**Unser Ziel ist die Verbesserung
Ihrer Lebensqualität**



Treffen und Atemtherapie:

jeden Dienstag - 18.45 - 19.45 Uhr

Veranstaltungsort:

**Deutsches Rotes Kreuz
Bezirksverband Ffm e.V. Niederrad
Schwarzwaldstr. 12, 60528 Frankfurt**

Sie erreichen uns: mit der Buslinie 51 oder
mit der Straßenbahn 15

- jeweils Haltestelle Schwarzwaldstraße -

In den Sommerferien finden keine Treffen statt.

Vorträge - auf Anfrage:

ab 19.30 Uhr

Bitte um telefonische Anmeldung

Veranstaltungsort:

**Deutsches Rotes Kreuz
Bezirksverband Ffm e.V. Niederrad
Schwarzwaldstr. 12, 60528 Frankfurt**

Sie erreichen uns:
mit der Buslinie 51 oder mit der Straßenbahn 15 -
jeweils Haltestelle Schwarzwaldstraße -

Eintritt frei.

Ankündigung:

22. September 2018

10:00 Uhr - 15:00 Uhr

3. Lungentagung Worms

Asthma, COPD und häufige Begleiterkrankungen

Informationen für Patienten mit Atemwegserkrankungen und ihre Angehörigen.

**DAS WORMSER
Tagungszentrum der Nibelungenstadt
Rathenaustraße 11, 67547 Worms**

Tagungsleiter: Herr **Prof. H. Worth**, Fürth.

5 Hauptvorträge

zusätzlich

5 praxisorientierte Workshops

– Eintritt FREI –

Und!

Eine Reihe von kostenlosen Serviceleistungen.

Infos unter: www.pat-liga.de

**Die 10 wichtigsten Ratschläge für Patienten
mit einer chronischen Atemwegserkrankung**

1. Finden Sie den richtigen **Arzt**: Er ist Ihr Partner bei der Bewältigung der Krankheit!
2. Finden Sie die richtigen **Helfer**: Atem- und Physiotherapeuten, Gesundheitstrainer, Heilpraktiker.
3. Akzeptieren Sie Ihre **Erkrankung**! Holen Sie eine zweite Meinung ein, wenn Sie Zweifel an der Diagnose haben!
4. Machen Sie sich mit der **Wirkungsweise** Ihrer Medikamente vertraut und nehmen Sie an einer Schulung teil!
5. Inhalieren und nehmen Sie Ihre **Medikamente** richtig und regelmäßig!
6. **Kontrollieren** Sie Ihre Erkrankung! Führen Sie ein Patiententagebuch und messen Sie Ihren Peak – Flow!
7. Lernen Sie, was bei einer Verschlechterung Ihrer Erkrankung oder bei einem **Notfall** zu tun ist!
8. Werden und bleiben Sie **körperlich aktiv**: Gehen Sie in eine Lungensportgruppe!
9. Lesen Sie die „**Luftpost**“ regelmäßig!
10. Gehen Sie zu allen **Veranstaltungen** der Deutschen PatientenLiga Atemwegserkrankungen e. V. – DPLA!