

**Informierte Patienten  
wissen und können mehr**

Von uns kommt die

**LUFTPOST** 4 x jährlich

Kompetent - Verständlich - Patientengerecht



**Deutsche PatientenLiga  
Atemwegserkrankungen e.V.**

### Auskünfte erhalten Sie:

#### Vorankündigung

**29. August 2020**

**3. Lungentagung  
Potsdam**

**19. September 2020**

**3. Lungentagung  
Worms**

**Werner Broska**

Tel.: 0177 / 7676 985

**Selbsthilfe-Kontaktstelle Gelsenkirchen**

Tel.: 0209 / 913 28-10

oder bei der

**Geschäftsstelle der  
Deutschen PatientenLiga  
Atemwegserkrankungen e.V. - DPLA**

Adnet-Str. 14

55276 Oppenheim

Tel.: 06133 / 35 43

Fax: 06133 / 57 383 27

Montag bis Donnerstag: 8:30 - 13:30 Uhr

E-Mail: [info@pat-liga.de](mailto:info@pat-liga.de)

Schauen Sie auch auf unsere Homepage:

[www.pat-liga.de](http://www.pat-liga.de)

*Änderungen vorbehalten!*

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

Der Jahresbeitrag beträgt 25,00 €.

Die „Luftpost“ erhalten Sie dann

4 x pro Jahr kostenlos zugeschickt.

## Programm des Ortsverbandes Gelsenkirchen

**2020**

**Selbsthilfe  
schafft  
Lebensqualität**

**Termine und Themen**

**Unser Ziel ist die Verbesserung  
Ihrer Lebensqualität**



## Ortsverband Gelsenkirchen

Bei unseren Treffen diskutieren wir über neueste wissenschaftliche Erkenntnisse zu unseren Erkrankungen sowie zu Geräten und Anwendungen in der Behandlung. Im Mittelpunkt steht die Hilfe zur aktiv organisierten gemeinschaftlichen Selbsthilfe. Von Fragen zur Bezahlung von medizinischen Leistungen durch die Krankenkassen bis zum Behindertenrecht suchen wir nach Antworten.

Selbstverständlich sind auch unsere Angehörigen herzlich eingeladen, denn sie erleben unser Kranksein ja täglich und wissen manchmal gar nicht, wie uns in bestimmten Situationen zumute ist und wie sie als Partner am besten helfen können.

Natürlich sollen das gesellige Leben, das persönliche Gespräch und auch das gemeinsame, befreiende Lachen nicht zu kurz kommen. Lachen ist noch immer die beste Medizin, nur kann sie leider noch kein Arzt verschreiben. Wir führen ein abwechslungsreiches Gruppenleben und freuen uns sehr über ihre Teilnahme, Ideen und Fragen.

**Betroffene, Mitglieder und Interessierte sind herzlich eingeladen. Wir treffen uns jeden ersten Montag im Monat.**

**Eintritt frei!**

### Veranstaltungsort:

**Sankt Marien-Hospital Buer  
Im Vortragsraum B4a  
Mühlenstr. 5-9  
45894 Gelsenkirchen**

## Vorträge und Erfahrungsaustausch

**17:00 - 19:00 Uhr**

6. Januar 2020

**Infekte und Antibiotika**

03. Februar 2020

**Begleiterkrankungen bei Atemwegserkrankungen**

02. März 2020

**Korrekte Durchführung der Inhalation von Medikamenten**

06. April 2020

**Sauerstoff - Der Stoff, der Leben möglich macht.**

4. Mai 2020

**Bedeutende Fortschritte beim Lungenkrebs**

8. Juni 2020

**Neue medizinische Leitlinie für COPD**

6. Juli 2020

**Lungenoperationen**

3. August 2020

**Lungenemphysem und die Behandlung**

7. September 2020

**Schlafapnoe und mögliche Behandlungen**

5. Oktober 2020

**Was sind Bronchiektasen und ihre Behandlung**

2. November 2020

**Erfahrungsaustausch**

7. Dezember 2020

**Jahresabschluss**

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**!