

Dr. Birgitta Behringer
Klaus Blum
Dr. Bettina Claßen
Dr. Klaus Egen
Dr. Mathias Heer
Dr. Matthias Thöns

Bergstraße 25
44791 Bochum
T: 02 34 | 95 08 86-12
F: 02 34 | 95 08 86-22
info@pkd-bochum.de
www.pkd-bochum.de

Was kann ich tun, wenn ich Luftnot habe?

Dr. Birgitta Behringer

Diese Frage ist nicht für jeden Palliativpatienten gleich zu beantworten. Denn grundsätzlich hängt die Antwort davon ab, warum Sie Luftnot haben, aber auch davon, wie weit fortgeschritten Ihre Erkrankung ist und ob Sie noch die Belastung weiterführender Untersuchungen aushalten können oder wollen.

Wenn Sie zwar nicht mehr gesund werden können, es aber doch Hoffnung gibt, dass Sie Ihre Lebenszeit noch verlängern können durch eine Chemotherapie oder durch Operationen, dann sollte man sich die Ursache der Luftnot etwas genauer anschauen und ärztlichen Rat suchen.

Hier einige Ursachen von Luftnot:

Patienten mit schweren chronischen Atemwegserkrankungen können durch einen Infekt deutliche Atembeschwerden bekommen. Hier kann eine Antibiose helfen. Und natürlich auch Atemsprays, welche Ihre Luftwege erweitern oder gegen Entzündungen helfen.

Bei Patienten mit schweren chronischen Atemwegserkrankungen kann auch die Gabe von Sauerstoff sinnvoll sein, da die Gasaustauschfläche so vermindert ist, dass der Sauerstoff in der normalen Atemnot nicht ausreicht, damit die roten Blutkörperchen ausreichend mit Sauerstoff beladen werden können.

Herzrhythmusstörungen wie Vorhofflimmern können Luftnot verursachen, da das Herz nicht richtig pumpen kann. Hier können Rhythmusmedikamente helfen.

Patienten mit Lungenkrebs entwickeln gelegentlich Wasser in der Lunge (Pleuraerguss). Dieses Wasser kann man durch einfache Maßnahmen abziehen, z.B. durch eine Pleurapunktion, oder man verhindert die neue Bildung von Wasser durch das Einbringen von Talkum in den Pleuraspalt (Talkumpleurodese).

Luftnot hat nicht immer etwas mit Sauerstoffmangel zu tun. Oft sind schwerkranke Menschen zu schwach, um noch tief zu atmen, da die Atemmuskulatur so schwach geworden ist. Oder aber eine große Leber oder Aszites behindern die Atmung.

Manchmal ist Blutarmut die Ursache.

Ein anderer Grund kann auch die Angst sein.

>

Wenn Sie noch die Kraft haben, die Ursachen Ihrer Luftnot zu behandeln, sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Mit ihm können Sie auch besprechen, ob es sinnvolle Möglichkeiten der Behandlung für Sie gibt.

Bei allen Sorten der Luftnot ist es aber wichtig für Palliativpatienten, sich möglichst wenig aufzuregen und die Ruhe zu bewahren. Darum sind Beruhigungstabletten (Benzodiazepine) oft eine gute Hilfe. Sie sind gut gegen Angst. Allein das hilft oft enorm gegen Atemnot. Wenn Sie nach der Einnahme dieser Medikamente müde werden und schlafen, können Sie sich etwas erholen.

Morphinpräparate wirken auf das Atemzentrum im Gehirn und führen dazu, dass Sie bei Atemnot weniger Stress empfinden und dadurch „wirtschaftlicher“ atmen können. In Ihrer Notfallbox haben Sie solche Medikamente, die Sie im Notfall mehrfach am Tag nehmen können.

Ersticken müssen Sie nicht. Wenn die Ursachen der Atemnot nicht behandelt werden können, und wenn es keinen anderen Ausweg für Sie gibt, gibt es in der Palliativmedizin die Möglichkeit der Palliativen Sedierung. Hierbei handelt es sich um eine Narkose, die genau so tief ist, dass Sie keine Angst mehr haben müssen und das Gefühl des Erstickens nicht erleiden müssen. Dieses Thema wird an anderer Stelle genauer erläutert. (Siehe Download: Die Palliative Sedierung)