



AUSGABE EINS 2013

GEDENKEN AN OMR UNIV.PROF.DR. EGMONT BAUMGARTNER

AMBULANTE PNEUMOLOGISCHE REHABILITATION IN WIEN

LAUDATIO GÜNTER FORCHE.

TAKEDA ATS TRAVEL GRANT 2013

SUMMER SCHOOL 2013

MARBURG – EINE REISE WERT!

REZENTE PUBLIKATIONEN VON ÖGP-MITGLIEDER

*air mail*

INFORMATIONEN AUS DER ÖSTERREICHISCHEN GESELLSCHAFT FÜR PNEUMOLOGIE

AMBULANTE  
PNEUMOLOGISCHE  
REHABILITATION  
IN DER  
THERME WIEN



## AMBULANTE PNEUMOLOGISCHE REHABILITATION DIE THERME WIEN MED STELLT SICH VOR

# Report

Text:  
Dr. Ralf Harun Zwick



Dr. Ralf Harun Zwick

Seit März 2012 bietet die Therme Wien Med für Patienten mit Lungenerkrankungen die Möglichkeit einer Therapie mit ambulanter pneumologischer Rehabilitation. Ein multidisziplinäres Team betreut Lungenpatienten, vom jungen Asthmatiker, der für den Marathon trainiert bis zum Schwerstkranken, der auf die Transplantation wartet.

Es handelt sich dabei um eine Herzsengelegenheit, um die Fortführung einer

Idee, die vor über 10 Jahren in Wien entstanden ist. Prof. Hartmut Zwick und Prof. Paul Haber waren die ersten, die die Möglichkeiten der Trainingstherapie erkannten und das Wissen um die positiven Effekte verbreiteten (siehe positive Effekte). Bald war die Rehabilitation in internationalen und nationalen Guidelines verankert, Möglichkeiten, diese Therapie durchzuführen gab es jedoch nicht.

Nun haben wir erstmals in Österreich die Situation, dass in Innsbruck, Wels und in

der Therme Wien Med in Wien ambulante pneumologische Rehabilitation, neben den Einrichtungen der PVA, auf vertraglicher Basis mit Sozialversicherungsträgern angeboten wird.

### WAS BIETEN WIR AN?

*Wir nehmen uns für unsere Patienten Zeit!*

In der  
Phase II – 6 Wochen  
Phase III – 6, 9 oder 12 Monate

In dieser Zeit erfolgt nach einem ausführlichen Anamnesegespräch, einer ärztlichen Untersuchung inklusive einer Belastungsuntersuchung zur Evaluierung der optimalen Belastungsintensität primär eine medizinische Trainingstherapie. Die Kosten werden von der PVA und der SVA übernommen, der Reha-Antrag wird durch uns gestellt. Somit entsteht kein administrativer Aufwand für Zuweiser und Patienten, eine Zuweisung ist nicht notwendig.

Die Indikation für eine ambulante pneumologische Rehabilitation ist sehr breit! Es profitieren alle, vom jungen Patienten mit Asthma bronchiale oder Mukoviszidose bis zum älteren Menschen mit COPD oder interstitieller Lungenerkrankung. Der eine mag für einen Marathon trainieren, der andere auf die Lungentransplantation warten. Auch Patienten vor oder nach Operationen profitieren, ebenso wie die große Gruppe der Patienten mit obstruktiver Schlafapnoe.

### DAS TEAM

Die medizinische Trainingstherapie besteht aus Ausdauer-, Kraft- und einem individuellen Atemmuskultraining. Zusätzlich erfolgt eine atemphysiotherapeutische Betreuung und Bewegungstherapie im Sinne eines Geschicklichkeits- und Propriozeptorentrainings. Ärztliche Schulungen über die eigene Lungenerkrankung, über die medikamentösen und nichtmedikamentösen Möglichkeiten sowie über das Notfallmanagement bei Exazerbationen machen den Patienten zu einem Partner mit vertieftem Wissen um seine Situation. Weiters werden psychologische Schulungen, Ernährungsberatung, Raucherentwöhnung und spezielle Bewegungsübungen im Thermalwasser angeboten.

Diese sehr zeit- und personalintensive Betreuung durch unser Sekretariat, 4 ÄrztInnen, PhysiotherapeutInnen, Sport-

wissenschaftlerInnen, eine Psychologin sowie eine Ernährungsberaterin wird von den Patienten sehr gut angenommen. Sie haben in dieser Zeit erstmals die Möglichkeit, mit Gleichgesinnten über ihre alltäglichen Probleme zu diskutieren. Das sind beim jungen Asthmatiker die plötzlich einsetzende Dyspnoe, beim COPD Patienten mit LTOT die „Kleinigkeiten des Alltags“ die er nicht mehr ohne Dyspnoe verrichten kann. Es entsteht ein neues Krankheits- und Selbstbewusstsein, eine positive Gruppendynamik. Patienten berichten davon, „dass sich erstmals der Teufelskreis öffnet“ – wie mir eine Patientin unlängst bei einem Gespräch berichtete.

Es handelt sich um eine äußerst wirksame Therapie ohne Nebenwirkungen, die den Patienten und dem Betreuer team große Freude bereitet.

### Effekte der ambulanten pneumologischen Rehabilitation

Verbessert Leistungsfähigkeit (Evidenz A)  
Reduziert Atemnot (Evidenz A)  
Verbessert Lebensqualität (Evidenz A)  
Reduziert Exazerbationen+KH Tage (Evidenz A)  
Verbessert Überleben (Evidenz B)  
Reduziert Depression und Angststörungen (Evidenz A)

### Positive Effekte auf Komorbiditäten:

kardiovaskuläre Erkrankungen  
Adipositas  
DM II  
Hyperlipidämie  
Osteoporose

### KONTAKT:

Dr. Ralf Harun Zwick, Ärztliche Leitung  
Ambulante Pneumologische Rehabilitation  
Therme Wien Med  
Kurbadstrasse 14, 1100 Wien  
Tel.: +43 1 68009 9438  
reha@thermewien.med.at  
www.thermewien.med.at



### STECKBRIEF:

Lebenssituation: geb. 3.8.1970 in Wien, verheiratet, 2 Kinder  
Lieblingstugend: Solidarität leben  
Liebste Freizeitbeschäftigungen: mit den Kindern spielen  
Lieblingsfarbe: blau  
Lieblingsgestalt in der Geschichte: trotz all seiner Fehler Kemal Atatürk  
Traumberuf außer Arzt: Surfprofi im Sommer, Extremschifahrer im Winter  
Lieblingskomponist: Campino  
Lieblingsmusiker: meine Töchter  
Lebensmotto: „jammern sollen die anderen...“

