

**Lungenliga
St. Gallen-Appenzell**

Herbstsymposium des
Ärztevereins
Werdenberg/Sarganserland




LUNGENLIGA
STGALLEN-APPENZELL
WIRK. LUTF. 1913. 1438/01

1

Über uns



- Die Lungenliga ist eine nationale, nicht gewinnorientierte, Dienstleistungsorganisation für die Lunge und Atemwege
- Sie besteht aus 17 kantonalen und regionalen Lungenligen
- Seit >100 Jahren



LUNGENLIGA
STGALLEN-APPENZELL
WIRK. LUTF. 1913. 1438/01

2

Lungenliga St.Gallen-Appenzell



Beratungs- und Informationsstelle
für alle Belange der Atmung

- 55 Mitarbeitende
- Ca. 9000 Klientinnen und Klienten



LUNGENLIGA
STGALLEN-APPENZELL
WIRK. LUTF. 1913. 1438/01

3

Wo sind wir?



St.Gallen (inkl. Geschäftsstelle)
Balgach
St.Gallenkappel
Mels



LUNGENLIGA
STGALLEN-APPENZELL
WIRK. LUTF. 1913. 1438/01

4

Unser Ziel

«Mehr Luft zum Leben»

Möglichst vielen Menschen mit Erkrankungen der Lunge und Atemwege zu mehr Luft, einer besseren Lebensqualität und uneingeschränkter Mobilität zu verhelfen.



5

Was tun wir?

Beratung und Betreuung

- CPAP Therapie
- Heimventilation
- Sauerstofftherapie
- Inhalationstherapie
- Absauggeräte
- Sauerstoffsättigungsmonitoring
- Tuberkulose



6

Was tun wir?

Service

- Wohnortnahe Betreuung
- Telemedizin
- Hausbesuche
- 24 Stunden Pikettdienst
- Vermittlung und Organisation der Sauerstoffversorgung für Ferien



7

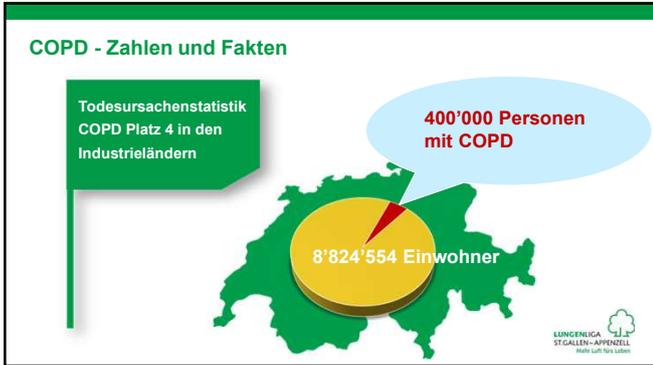
Was tun wir?

Gesundheitsförderung und Prävention

- Tabakpräventionsprojekte
- Ambulante pulmonale Rehabilitation
- Lungensportgruppen
- Erfahrungsaustauschgruppen
- Coaching COPD



8



9

Coaching «Besser leben mit COPD»

- Hospitalisationen ↓
- Notfallaufnahmen und Hausarztbesuche ↓
- Lebensqualität ↑

➔ Kostensenkung fürs Gesundheitswesen

Copyright © Macdonald J, Bourbeau J, et al. Facilitating education in pulmonary rehabilitation using the living well with COPD programme for pulmonary rehabilitation: a process evaluation. BMC Public Health 2015; 15:20
 Steiner-Weil C. Copd-erkrankung von «Chronic Care für Menschen mit COPD» in der Schweiz. Pneum 2020; 188: 788-793
 Schürmann A, Cahn B, Lüscher-Sey C, et al. Implementable implementation of the self-management program "living well with COPD": Process and effectiveness evaluation using a mixed methods approach. Patient Education and Counseling 2023; 105: 805-818

LEUNGENICA STGALLEN-APPENZEL

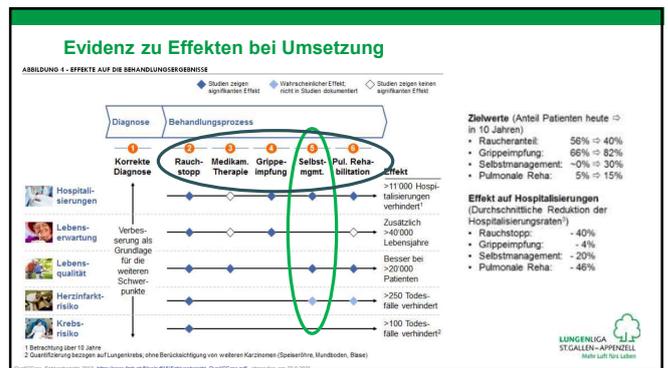
10

Besser leben mit COPD

Selbstmanagement-Coaching

LEUNGENICA STGALLEN-APPENZEL

11



12

Ziele



- COPD-Patient wird Experte über Krankheit
- Frühzeitiges Erkennen von Exazerbation
- Präventionsmassnahmen werden selbständig umgesetzt
- Entlastung aller Beteiligten

LEINGENICA
STGALLEN-APPENZEL
HAIN LUFT UND LEBEN

13

Prävalenz COPD Schweiz



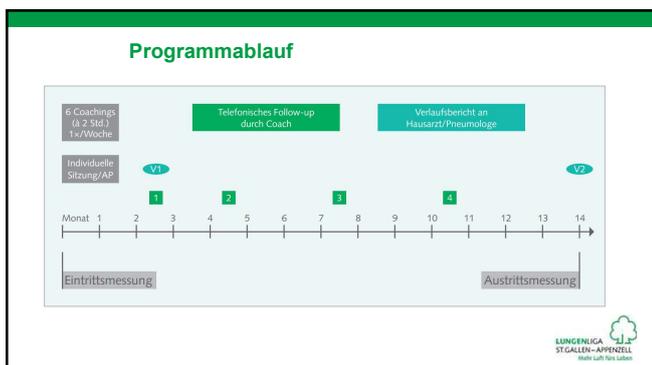
20 % der Schweizer Bevölkerung COPD-Betroffene
 ➤ $\frac{1}{4}$ bis $\frac{1}{3}$ diagnostiziert: **400'000 Menschen**

Kantone SG AR AI (580'000 Einwohner)
 ➤ 20% → 116'000 COPD-Betroffene
 ➤ **29'000 bis 38'600 diagnostiziert**

LEINGENICA
STGALLEN-APPENZEL
HAIN LUFT UND LEBEN

Moller M. Chronic Obstructive Pulmonary Disease. Schweizer Apothekerzeitung. 2016;22(8):91-92.
 Rocaletti M, D'Amico G, et al. Bronchial hyperresponsiveness and the development of asthma and COPD in asymptomatic individuals. SAFALDA cohort study. Thorax 2006;61:1034-11.
 Ranaei OY, Kanner W, Strömberg M et al. Diagnosis and management of chronic obstructive pulmonary disease: the Swiss guideline. Official guideline of the Swiss Respiratory Society.
 https://www.swisslung.org/wordpress/wp-content/uploads/2016/02/SGP16.pdf

14



15

Gruppencoaching in 6 Modulen

- 6 Module à 2 Stunden, inkl. individuellem Verlaufsgespräch:

1. COPD: Ursachen und Auswirkungen
2. Medikamente und Aktionsplan: Anwendung und Umsetzung
3. Atem- und Hustentechniken: Gewusst wie
4. Alltagsplanung: So meistere ich meinen Alltag
5. Körperliche Aktivität: Mit kleinen Schritten zum Ziel
6. Ernährung, Rauchen und Psyche

LEINGENICA
STGALLEN-APPENZEL
HAIN LUFT UND LEBEN

16

Abklärung zur Teilnahme

Einschlusskriterien

- COPD, durch Arzt gestellte Diagnose
- Alle COPD-Schweregrade
- ACOS-Patienten möglich

Ausschlusskriterien

- Eingeschränkte kognitive Fähigkeiten
- Psychische Erkrankung
- Ungenügende Deutschkenntnisse
- Schwere Erkrankungen in einem palliativen Kontext
- Andere Lungenerkrankungen (CF, Lungenfibrose, Asthma)

Besser leben mit COPD: Selbstmanagement-Coaching
Erkrankung und Lebensqualität verbessern

Teilnehmerfragebogen

Name: _____ Nachname: _____
 Adresse: _____
 Telefon: _____
 E-Mail: _____

Einverständniserklärung

Ich bestätige, dass ich an der Teilnahme an dem Selbstmanagement-Coaching teilnehmen möchte und dass ich die Teilnahmebedingungen gelesen und akzeptiere.

Name: _____ Nachname: _____
 Unterschrift: _____ Datum: _____

Wichtiges für Teilnehmer

Das Selbstmanagement-Coaching ist ein freiwilliges Angebot. Sie können jederzeit abbrechen, ohne dass dies Konsequenzen hat.

Das Selbstmanagement-Coaching ist ein Angebot der Lungenliga St. Gallen - Appenzell. Es wird durch die Kantone St. Gallen und Appenzell AARG finanziert.

Weitere Informationen: www.lungenliga.ch



17

Daten 2024

Es hat noch Plätze frei:

- Ab 16. Januar 2024 jeweils Dienstags in **Mels**
- Ab 27. Februar 2024 jeweils Dienstags in **St.Gallen**



18

Individuelle COPD Beratung durch Pflegefachpersonen





19

Zielgruppe



Alle COPD-Patientinnen und Patienten und deren Angehörige, unabhängig vom Schweregrad der Erkrankung:

- Ablehnung Selbstmanagement-Coaching in einer Gruppe
- Ausschlusskriterium für das Selbstmanagement-Coaching
- reduzierter Allgemeinzustand
- das Selbstmanagement-Coaching zu hohe Belastung



20

Ziele



- Besseres Krankheitsverständnis
- Weniger Spitalaufenthalte
- Mehr Lebensqualität

LEINGENIGA
ST GALEN - APPENZEL
WIRL LUF TOT LEBEN

21

Ablauf und Inhalte



- Verordnung 6
- Telefonisch Kontaktaufnahme
- Themenfindung und Terminvereinbarung
- 2-5 Termine, 30-60min
- Selbstmanagement der Patienten fördern
- Inhalativa
- Atmung und Bewegung

LEINGENIGA
ST GALEN - APPENZEL
WIRL LUF TOT LEBEN

22

Aktionsplan light

Beurteilung der heutigen Symptome:

1. Atemprobleme: Fühlen Sie heute mehr Atemprobleme (Husten, Keuchen, Atemnot) als sonst?
2. Menge an Sekret: Wieviel Sekret (Schleim) haben Sie heute?
3. Bei den Atemproblemen: Sind Sie heute mehr erschöpft als sonst?
4. Häufigkeit der Exazerbation: Wie oft haben Sie heute eine Exazerbation?
5. Fieber: Haben Sie heute Fieber?
6. Zusätzliche Beschwerden: Haben Sie heute andere Beschwerden?

Punkte total:



Wochenkreis

Aktionsplan COPD -Light

Beurteilung der heutigen Symptome:

Wichtiges:

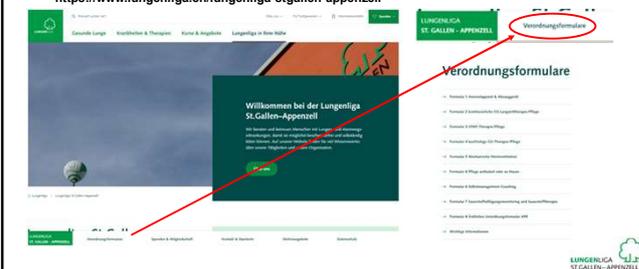
Notruf 144:

LEINGENIGA
ST GALEN - APPENZEL
WIRL LUF TOT LEBEN

23

Unsere Homepage – unsere Informationsplattform

<https://www.lungenliga.ch/lungenliga-stgallen-appenzell>



LEINGENIGA
ST GALEN - APPENZEL
WIRL LUF TOT LEBEN

24

Pflege ambulant oder zuhause

Formular 6

- Gültigkeit: Ein Jahr
- Individuelles Selbstmanagement-Coaching
- Download über Webseite der Lungenliga



REZIDUIERENDE VERBREMUNG
Pflege ambulant oder zuhause

Formular 6

LEUNGENLIGA
ST.GALLEN-APPENZEL
WIRTSCHAFTSUNIVERSITÄT SÄS

25

Nicht verzagen, die Lungenliga fragen



- <https://www.lungenliga.ch/fuer-fachpersonen/>
- copd@lungenliga-sg.ch
- Standort Mels 081 723 66 69

LEUNGENLIGA
ST.GALLEN-APPENZEL
WIRTSCHAFTSUNIVERSITÄT SÄS

26

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit.



LEUNGENLIGA
ST.GALLEN-APPENZEL
WIRTSCHAFTSUNIVERSITÄT SÄS

27