

LUNGENSORT

Definition:

Lungensport ist eine wichtige evidenzbasierte Therapieoption, die die medikamentöse Therapie bei Patienten mit chronisch obstruktiven Atemwegs- und Lungenkrankheiten sinnvoll ergänzt. Wichtige Krankheitsbilder sind:

- Asthma bronchiale
- COPD
- Interstitielle Lungenkrankheiten
- Mukoviszidose
- Pulmonale Hypertonie

Die Teilnahme am Lungensport hängt vom Schweregrad der funktionellen Beeinträchtigung der primären Atemwegserkrankung sowie etwaiger Begleiterkrankungen - insbesondere des Herz-Kreislauf-Systems ab. Eine fachärztliche Untersuchung und Beurteilung sind deshalb im Vorfeld notwendig.

Sind die gesundheitlichen Voraussetzungen entsprechend festgelegter Ein- und Ausschlusskriterien gegeben, so kann die Teilnahme am Lungensport unter Verwendung des Formulars 56 „Antrag auf Kostenübernahme für Rehabilitationssport“ durch den behandelnden Arzt verordnet werden.

Ziele:

Die kontinuierliche Ausübung von Lungensport - mit qualifizierten Fachübungsleitern - ermöglicht die Aufrechterhaltung der im Rahmen der zeitlich befristeten stationären und ambulanten rehabilitativen eingeleiteten Trainingstherapie erreichten Effekte und verfolgt neben dem Gruppenerlebnis und dem Spaß an der Bewegung folgende Ziele:

- Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination

- Verminderung der Atemnot und Exacerbationen (Verschlechterungen), Stabilisierung der Erkrankung
- Erhöhung der Leistungsfähigkeit
- Verbesserung der Alltagsbewältigung
- Stärkung des Vertrauens in die eigene Leistungsfähigkeit und des Selbstbewusstseins
- Stärkere soziale Einbindung durch gemeinsame Aktivitäten
- Verbesserung der Lebensqualität
- Verringerung von erneuten Krankenhausaufenthalten

Haben wir Ihr Interesse geweckt oder haben Sie noch Fragen?

Wenden Sie sich gerne an unser Praxisteam oder unsere Übungsleiterin Petra Schneider.

Anmeldung:

Tel: +49 171 6509615 Petra Schneider
E-Mail: petra-kaufering@t-online.de oder info@mvz-ll.de

Montag (Kurs REHA Sport Krankenkasse)
Zeit: 14:45 – 15:45 Uhr
Freitag (Selbstzahler Gruppe 8, -€/Person)
Zeit: 14:15 – 15:45 Uhr
Ort: [Klinikum Landsberg \(Gymnastikraum\)](#)
[Bgm.-Dr.-Hartmann-Str. 50, 86899 Landsberg](#)

