



LUNGE ZÜRICH

Hilft.
Informiert.
Wirkt.



LUNGE ZÜRICH

Hilft. Informiert. Wirkt.

Hilft. Informiert. Wirkt. – Diese drei Worte beschreiben die Dienstleistungen und Aktivitäten von LUNGE ZÜRICH:

- Wir helfen lungenkranken Menschen.
- Wir informieren rund um Lunge und Luft.
- Wir wirken mit unseren Projekten präventiv.

Wir von LUNGE ZÜRICH sind für Sie da – egal ob Sie Fragen zu Ihrer Lungengesundheit haben, Informationen zum Rauchstopp benötigen, einen Lungenfunktionstest durchführen möchten, an Schlafapnoe leiden oder aufgrund Ihrer Lungenerkrankung auf zusätzlichen Sauerstoff angewiesen sind. LUNGE ZÜRICH ist Ihr Ansprechpartner für gesunde Lungen und saubere Luft im Kanton Zürich. Uns ist wichtig, dass wir den persönlichen Kontakt mit Ihnen pflegen und auf Ihre individuelle Situation eingehen. Dank unserer langjährigen

Erfahrung, der Fachkompetenz unserer Mitarbeitenden und der breiten Vernetzung im Gesundheitswesen garantieren wir Ihnen eine hohe Qualität unserer Angebote. Wir betreuen bereits heute über 16 000 Menschen mit Lungenkrankheiten und können auf die Unterstützung von vielen engagierten Mitgliedern und Spendern zählen. Mit dieser Broschüre geben wir Ihnen einen Überblick über unsere Dienstleistungen und Aktivitäten und zeigen, wie auch Sie uns unterstützen können.

Herzlichst



Dr. Michael Schlunegger
Geschäftsführer





Beratung und Betreuung Für lungenkranke Menschen

7

LUNGE ZÜRICH berät und betreut über 16 000 lungenkranke Menschen im Kanton Zürich. Die diplomierten Pflegefachpersonen von LUNGE ZÜRICH vermitteln den Betroffenen und ihren Angehörigen Sicherheit im Umgang mit der Krankheit und der Therapie. Dadurch können lungenkranke Menschen ein eigenverantwortliches und selbstbestimmtes Leben führen, was zu einer Verbesserung der individuellen Lebensqualität führt.

LUNGE ZÜRICH ist spezialisiert auf die Krankheiten Schlafapnoe, COPD (chronisch obstruktive Lungenerkrankung), Asthma und Tuberkulose. Alle Mitarbeitenden von LUNGE

ZÜRICH unterstehen der Schweigepflicht. Die Dienstleistungen des Vereins werden regelmässig auf ihre Qualität hin überprüft. Zudem erweitert LUNGE ZÜRICH stetig sein Angebot entlang des Patientenpfades, um die Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten ganzheitlich abdecken zu können. Auf den folgenden Seiten finden Sie eine Übersicht über das umfassende Dienstleistungsangebot von LUNGE ZÜRICH und über die verschiedenen Krankheitsbilder, die LUNGE ZÜRICH betreut.

www.lunge-zuerich.ch/patienten-angehoerige



«Dank der guten Beratung und Betreuung durch LUNGE ZÜRICH kann ich trotz meiner Krankheit weitgehend selbständig leben.»

Eveline Baumann Mortari, Zürich-Affoltern, COPD-Patientin

LUNGE ZÜRICH

Dienstleistungen



Beratung und Betreuung

LUNGE ZÜRICH behandelt und betreut Patientinnen und Patienten mit Lungenkrankheiten und hat sich auf die vier Hauptkrankheitsbilder COPD, Asthma, Schlafapnoe und Tuberkulose spezialisiert. Für diese bietet LUNGE ZÜRICH eine breite Palette an Behandlungs- und Unterstützungsmöglichkeiten an. Zudem entwickelt der Verein sein Angebot stetig weiter und berät lungenkranke Menschen auch in den Bereichen invasive/nicht invasive Heimbeatmung, Trachealkanülen- und Sekretmanagement. Dabei sind die individuellen Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten immer im Fokus mit dem Ziel, optimale Lösungen zu ermöglichen. Ein 24-Stunden-Bereitschaftsdienst gehört ebenfalls dazu. Wenn lungenkranke Menschen in ihrer Mobilität stark eingeschränkt sind, werden auch Hausbesuche gemacht. LUNGE ZÜRICH verfolgt einen ganzheitlichen Ansatz und fokussiert sich nicht nur auf Geräteabgaben, sondern auch auf die persönliche, psychosoziale Beratung. Eine Vielzahl an Kursen in diesem Bereich rundet das Angebot ab.

8

Information

LUNGE ZÜRICH stellt lungenkranken Menschen, ihren Angehörigen und der breiten Bevölkerung eine grosse Auswahl an Informationen, in Form von Merkblättern, Newslettern oder auf unserer Web- und Facebook-Seite, zur Verfügung.

Prävention

Früherkennung und Vermeidung von Lungenkrankheiten sind wichtige Ziele der Aktivitäten von LUNGE ZÜRICH. Dazu gehören Projekte wie der LuftiBus, Tabakpräventionsprojekte, individuelle Rauchstoppberatungen und ein umfangreiches Kursangebot für unsere verschiedenen Interessens- und Patientengruppen (siehe Seite 20). Zudem sensibilisiert LUNGE ZÜRICH bereits Kinder für die Wichtigkeit von gesunden Lungen und sauberer Luft (siehe Seite 16).

Vernetzung

Als eine von 18 Lungenligen gehört LUNGE ZÜRICH dem Dachverband Lungenliga Schweiz an und profitiert so vom

Know-how des ganzen Verbandes. Auch durch die jahrelange Zusammenarbeit mit Spitälern und Fachärzten im Kanton Zürich profitieren Patientinnen und Patienten von einem Netz an Wissen (siehe Seite 15). Die Vernetzung hört jedoch nicht bei den Fachpersonen auf. In Erfahrungsaustauschgruppen werden Lungenpatientinnen und -patienten auch untereinander verbunden.

Fortbildung

Damit Lungenkrankheiten richtig diagnostiziert und behandelt werden, veranstaltet LUNGE ZÜRICH diverse Weiterbildungen für medizinische Fachpersonen. Dazu gehören beispielsweise Inhalations- oder Spirometriefortbildungen, aber auch die Planung, Organisation und Durchführung von Kongressen sowohl für Haus- sowie Lungenfachärzte.

9

Beratung und Betreuung Krankheitsbilder

Die diplomierten Pflegefachpersonen von LUNGE ZÜRICH sind spezialisiert auf folgende Atemwegserkrankungen:

COPD

COPD ist eine chronisch obstruktive Lungenkrankheit, bei der die Atemwege dauerhaft entzündet sind, das Lungengewebe zerstört wurde und nicht wieder heilen kann. Die ersten Symptome der schleichenden Krankheit können Auswurf, Husten und Atemnot aufgrund von Atemwegsverengungen sein. Sie kommen meist vom langjährigen Rauchen, weshalb COPD im Volksmund auch als «Raucherlunge» bekannt ist. COPD ist nicht heilbar. Wird die Krankheit jedoch frühzeitig erkannt, lässt sich der Verlauf verlangsamen. Therapiemöglichkeiten von COPD sind zum einen die Inhalations-, zum anderen die Sauerstofftherapie. Bei beiden Therapien übernimmt LUNGE ZÜRICH die Beratung und Betreuung bezüglich der Geräte, überwacht regelmässig den Therapieverlauf, wartet die Geräte und rapportiert an den zuweisenden Arzt.

Asthma

Asthma ist eine Erkrankung der Atemwege: Die Bronchien (kleinste Verästelungen der Lunge) sind verengt, sodass Betroffenen das Ein- und Ausatmen schwerfällt, wobei Atemnot auch das häufigste Symptom der Krankheit ist. Ausgelöst wird die Verengung der Bronchien meist durch eine Allergie, eine Entzündung oder eine Reaktion auf Reizstoffe. Asthma kann zwar nicht geheilt, mit der Inhalationstherapie jedoch sehr gut behandelt werden. Durch das Inhalieren der Asthma-Medikamente gelangen diese direkt in die Atemwege. In einem Beratungsgespräch leitet LUNGE ZÜRICH Patientinnen und Patienten bei der korrekten Inhalation der verschiedenen Medikamente an und kontrolliert den Vorgang. Zudem gibt LUNGE ZÜRICH auf ärztliche Verordnung Feuchtinhalatoren an Betroffene ab.

Schlafapnoe

Wer Schlafapnoe hat, leidet an häufigen, kurzen Atemaussetzern während des Schlafs. Dies führt dazu, dass Betroffene

10

tagsüber extrem müde sind und sich nicht konzentrieren können. Auch verschiedene Beschwerden wie Kopfschmerzen, Depressionen oder im Extremfall Herz-Kreislauf-Erkrankungen können die Folgen sein. Die bekannteste und wirksamste Behandlung ist die sogenannte CPAP-Therapie (CPAP = Continuous Positive Airway Pressure). Bei dieser Behandlungstrategie tragen Betroffene während des Schlafs eine Atemmaske, die das Erschlaffen der Muskulatur und somit die Atemaussetzer verhindert. LUNGE ZÜRICH übernimmt bei dieser Therapie die Erstinstruktion und Maskenberatung, überwacht regelmässig den Therapieverlauf, wartet die Geräte und rapportiert an den zuweisenden Arzt.

Tuberkulose

Die Tuberkulose ist eine bakterielle Infektionskrankheit, die meist die Lunge befällt. Anfangs verursacht Tuberkulose wenig auffällige Symptome wie Husten oder Abgeschlagenheit. In schweren Fällen kann es zu blutigem Auswurf beim Husten, Atemnot und Untergewicht kommen. Tuberkulose wird mit speziellen Antibiotika behandelt, welche

11

gezielt auf die krankheitserregenden Bakterien einwirken. Das Tuberkulose-Zentrum von LUNGE ZÜRICH ist für die Medikamentenabgabe, die Therapiebegleitung und Dokumentation zuständig. Zudem nimmt LUNGE ZÜRICH Umgebungsuntersuchungen bei Betroffenen vor. Bei diesen Untersuchungen wird nach weiteren Ansteckungen im nahen Umfeld eines Patienten gesucht.

Weitere Krankheitsbilder

Bei Erkrankungen wie beispielsweise Cystische Fibrose, Idiopathische Lungenfibrose, Pulmonale Hypertonie, Sarkoidose und Lungenkrebs ist die Lunge mehr oder weniger betroffen. Auch wenn alle diese meist chronischen Krankheiten unterschiedliche Symptome und Verläufe aufweisen, sind Sauerstoff- und Inhalationstherapien die Mittel der Wahl. LUNGE ZÜRICH ist auch hier ein wichtiger Ansprechpartner und bietet die nötige Unterstützung – sei es durch unsere Pflegefachpersonen oder unser Informationsangebot für Betroffene.

www.lunge-zuerich.ch/seltene-lungenkrankheiten

Tuberkulose

Nach wie vor ein Thema

12

LUNGE ZÜRICH wurde 1908 zur Bekämpfung der Tuberkulose gegründet. Heute hat Tuberkulose in der Schweiz zwar viel von ihrem Schrecken verloren, trotzdem erkranken landesweit jährlich noch gut 500 Personen, davon rund 100 im Kanton Zürich.

Das Tuberkulose-Zentrum von LUNGE ZÜRICH arbeitet eng mit dem kantonsärztlichen Dienst, mit Hausärztinnen und Hausärzten, Spitälern und Sozialdiensten zusammen und führt einen Leistungsauftrag des Kantons Zürich und der Stadt Zürich aus. Um die Öffentlichkeit über diese Krankheit zu informieren, hält das Tuberkulose-Zentrum regelmässig Vorträge.

Das Ziel der Tuberkulose-Arbeit ist, einerseits die Behandlung bei Erkrankten vollständig abzuschliessen und andererseits die Ausbreitung der Krankheit zu verhindern. Eine Tuberkulose-Behandlung dauert in der Regel sechs Monate. Betroffene werden engmaschig begleitet und mittels überwachter Medikamentenabgabe wird sichergestellt, dass die Tuberkulose-Tabletten ununterbrochen eingenommen werden. Bei vorzeitigem Therapieabbruch kann es zu Rückfällen und Medikamenten-Resistenzen kommen.

Bei der Suche im Umfeld von Tuberkulose-Erkrankten nach weiteren angesteckten oder bereits erkrankten Personen wird der Arbeitsplatz, der Wohnort und das private Umfeld informiert und falls nötig auf Tuberkulose getestet.

www.lunge-zuerich.ch/tuberkulose



«Dank dem Tuberkulose-Zentrum fühlte ich mich nach der Diagnose nicht alleine gelassen. Ich wurde umfassend aufgeklärt und betreut.»

Mandesy Kingué, Wallisellen, Tuberkulose-Patient





Vernetzung im Gesundheitswesen Der Mensch im Fokus

15

Der Patient beziehungsweise die Patientin steht im Fokus und die Dienstleistungen von LUNGE ZÜRICH richten sich nach ihren individuellen Bedürfnissen. Um optimal betreuen zu können, arbeitet LUNGE ZÜRICH jedoch nicht nur eng mit den Betroffenen zusammen, sondern bezieht das persönliche Umfeld und die Angehörigen mit ein.

Auf der fachlichen Seite arbeiten die Mitarbeitenden von LUNGE ZÜRICH eng mit den zuweisenden Ärztinnen und Ärzten, Spitälern und anderen Gesundheitsorganisationen zusammen. Die diplomierten Pflegefachpersonen von LUNGE ZÜRICH überwachen und begleiten dabei die ärztlich verordnete Therapie und stehen den Betroffenen unterstützend zur Seite.

Dank diesem interdisziplinären Zusammenspiel und der Vernetzung aller relevanten Beteiligten des Gesundheitswesens ist eine optimale Betreuung gewährleistet.

Dabei sind die von LUNGE ZÜRICH angebotenen Dienstleistungen eine notwendige Ergänzung zur Behandlung durch die Ärzteschaft. Diese kann Teile der Behandlung und Betreuung abgeben und gewinnt so wiederum mehr Zeit, um sich auf die Behandlung und den Dialog mit ihren Patientinnen und Patienten zu konzentrieren. Liegt ein entsprechendes Verordnungsformular des Arztes vor, kann LUNGE ZÜRICH die meisten Dienstleistungen über die Krankenkasse abrechnen.

www.lunge-zuerich.ch/fachpersonen

«Für Lungenfachärzte ist LUNGE ZÜRICH ein unverzichtbarer und verlässlicher Partner.»

KD Dr. med. Irène Laube, Leiterin Pneumologie, Stadtspital Triemli



Gesundheitsförderung und Prävention

Gesunde Lunge und saubere Luft

16

Unser Atmungsorgan, die Lunge, ist unglaublich leistungsstark, gleichzeitig aber auch sehr sensibel. Sind die Lungenbläschen einmal beschädigt, können sie weder geheilt werden, noch wachsen sie nach. Deshalb gilt es, Luftschadstoffe möglichst zu vermeiden und Lungenkrankheiten früh zu diagnostizieren und zu behandeln.

LUNGE ZÜRICH informiert die Bevölkerung über die Wichtigkeit von gesunden Lungen und sauberer Luft sowie über Lungenkrankheiten und deren Symptome. Ausserdem stellt LUNGE ZÜRICH ein breites Angebot von Broschüren und Merkblättern zur Verfügung, informiert über die Web- und Facebook-Seite, lanciert gezielt Kampagnen zu Krankheitsbildern und betreibt Öffentlichkeits- und Medienarbeit.

Damit bereits Kinder wissen, wie wichtig gesunde Lungen und saubere Luft sind, hat LUNGE ZÜRICH Projekte wie «Baumwelten» (siehe Foto) für Schulklassen ins Leben gerufen. An diesen Anlässen lernen die Kinder auf spielerische Art, wie wichtig eine gesunde Lunge ist und wie man ihr Sorge trägt.

Ausserdem macht LUNGE ZÜRICH auf die Gefahren von Tabakkonsum aufmerksam und motiviert mit verschiedenen Angeboten für ein rauchfreies Leben.

www.lunge-zuerich.ch/gesundheitsfoerderung-praevention

«Baumwelten macht richtig Spass. Wir haben im Wald viel über gute Luft gelernt und weshalb wir die Bäume dafür brauchen.»

Elin Ursprung, Gossau, Baumwelten-Teilnehmerin



LuftiBus

Früherkennung ist entscheidend

Mit dem LuftiBus leistet LUNGE ZÜRICH seit 30 Jahren einen wichtigen Beitrag zur Prävention und Früherkennung von Lungenerkrankungen. Interessierte Personen erhalten im LuftiBus eine Erstinformation zur eigenen Lungengesundheit und können sich über verschiedene Themen rund um die Lunge und Luft informieren.

Geschulte Mitarbeitende führen im LuftiBus Lungenfunktionstests durch. Ein Test dauert in der Regel fünf bis zehn Minuten. Diese Tests sind wichtig, denn bei Lungenerkrankungen gilt: Je früher eine Fehlfunktion diagnostiziert wird, desto besser kann sie behandelt werden. Die LuftiBus-Mitar-

beitenden erklären die Ergebnisse, stellen aber keine Diagnosen. Bei auffälligen Messwerten ist eine vertiefte Abklärung bei einem Lungenfacharzt nötig.

Des Weiteren präsentiert sich das LuftiBus-Angebot ab 2021 mit neuen Inhalten und Dienstleistungen im Bereich der betrieblichen Gesundheitsförderung.

Der LuftiBus ist primär im Kanton Zürich unterwegs, kann aber schweizweit von Firmen, Gemeinden, Schulen usw. gemietet werden.

www.luftibus.ch



«Bei meiner Arbeit im LuftiBus kann ich Menschen für ihre Lungengesundheit sensibilisieren. Mit den Lungenfunktionstests können Lungenerkrankungen im frühen Stadium erfasst und die Betroffenen an Fachpersonen weitergeleitet werden. So erhalten sie möglichst früh die notwendige Behandlung und Therapie.»

Susanne Rieser, Zürich, LuftiBus-Mitarbeiterin

Kursprogramm

Lebensqualität von Betroffenen steigern

20

Nach der Diagnose einer Lungenkrankheit haben Betroffene und ihre Angehörigen oft viele Fragen: Wie ist der Verlauf der Krankheit? Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? Was bedeutet die Krankheit für meinen privaten und beruflichen Alltag? Wie gehen andere Betroffene mit dieser Diagnose um?

Genau diese Fragen stehen im Mittelpunkt der Kurse von LUNGE ZÜRICH: Lungenkranke Menschen lernen, wie sie selbst etwas zur Verbesserung ihrer Gesundheit beitragen und wie sie trotz Lungenkrankheit im Rahmen ihrer individuellen Möglichkeiten aktiv bleiben können. Auch der

Erfahrungsaustausch in Gesprächen untereinander ist für die Betroffenen eine wertvolle Hilfe im Umgang mit ihrer Krankheit.

Die Kurse von LUNGE ZÜRICH werden von geschulten und erfahrenen Fachpersonen durchgeführt. Das Angebot ist vielfältig und umfasst Informationen zu den Krankheitsbildern, fördert den sozialen Austausch und animiert zu einem gesünderen und aktiveren Lebensstil. Die aktuellen Angebote sind auf der Webseite von LUNGE ZÜRICH zu finden.

www.lunge-zuerich.ch/kurse

«In unseren Kursen wollen wir das Krankheitsmanagement und die Lebensqualität von Betroffenen positiv beeinflussen.»

Sandra Catuogno, Leiterin Gesundheitsförderung und Prävention, LUNGE ZÜRICH





Forschung Der Blick in die Zukunft

Die Möglichkeiten der modernen Medizin sind sehr vielseitig und ermöglichen beeindruckende Behandlungsergebnisse. Trotzdem gibt es Krankheiten, deren Behandlung auch heute noch eine Herausforderung ist oder bei denen die Möglichkeiten beschränkt sind. Auf die Forschung und auf die Weiterentwicklung von Behandlungsmethoden sind somit alle Menschen angewiesen. Und auch wenn die Forschung oft nur in kleinen Schritten vorangeht, sind genau diese Erkenntnisse nötig, um Lungenkrankheiten zu vermeiden, frühzeitig zu erkennen oder besser zu behandeln.

LUNGE ZÜRICH unterstützt deshalb seit Langem verschiedenste Forschungsprojekte in den Bereichen Lunge und Luft. Der Fokus liegt dabei auf Projekten mit klinischem Bezug unter Ausschluss der Grundlagenforschung. Die Finanzierungsgrundlage dafür stammt aus Spenden, Legaten sowie von LUNGE ZÜRICH organisierten Anlässen und Kongressen. www.lunge-zuerich.ch/forschung



«Mit der Unterstützung von Forschungsprojekten leistet LUNGE ZÜRICH seinen Beitrag, dass die moderne Medizin weiterentwickelt werden kann.»

Prof. Dr. med. Malcolm Kohler, Klinikdirektor der Klinik für Pneumologie, Universitätsspital Zürich

Helpen Sie Spende oder Mitgliedschaft

24

Dank Ihrer Spende können wir unsere vielfältigen Dienstleistungen für lungenkranke Menschen und ihre Angehörigen erbringen. Mit einer Spende, einer Mitgliedschaft oder einem Legat unterstützen Sie unsere Projekte in den Bereichen Gesundheitsförderung, Prävention und Forschung.

LUNGE ZÜRICH setzt sich seit über 111 Jahren für gesunde Lungen und saubere Luft ein und ist eine ZEWO-zertifizierte Non-Profit-Organisation.

Als Mitglied des Vereins Lunge Zürich zeigen Sie Sympathie für die Anliegen und das Engagement von LUNGE ZÜRICH und können einmal jährlich kostenlos Ihre Lungenfunktion in einer unserer Beratungsstellen testen lassen. Ausserdem erhalten Sie unser Magazin zürch'air sowie auf Wunsch Informationsmaterial rund um die Themen Lunge und Lungengesundheit zugestellt. Sie erhalten Vergünstigungen auf das Kursangebot von LUNGE ZÜRICH, sind an der

Generalversammlung stimmberechtigt und profitieren zudem von weiteren spezifischen Angeboten für Mitglieder.

Neu ist eine Spende nicht nur auf unserer Webseite sondern auch via Twint möglich. Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung!

www.lunge-zuerich.ch/helfen

www.lunge-zuerich.ch/mitglied

www.lunge-zuerich.ch/spenden



LUNGE ZÜRICH Ich möchte spenden

Spendenkonto: 80-1535-7

IBAN: CH62 0900 0000 8000 1535 7

- Bitte stellen Sie mir einen Einzahlungsschein zu.

Vorname _____

Name _____

Adresse _____

PLZ und Ort _____

Telefon _____

Ich werde Mitglied

- Einzelmitglied werden
(jährlicher Mitgliederbeitrag von CHF 20)
- Als Organisation Kollektivmitglied werden
(jährlicher Mitgliederbeitrag von CHF 100)

E-Mail _____

Geburtsdatum _____

Datum _____

Unterschrift _____

Bemerkungen _____



GAS/ECR/ICR

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

B

50962403
000004



DIE POST

=

Verein Lunge Zürich
The Circle 62
Postfach
8058 Zürich

Impressum

Redaktion LUNGE ZÜRICH, pr@lunge-zuerich.ch

Grafik Büro4, www.buero4.ch

Druck Druckerei Kyburz AG, www.kyburzdruck.ch

Bildnachweis Umschlag: Lea Meienberg; Beratung und

Betreuung, Tuberkulose und Vernetzung im Gesund-

heitswesen: Sara Keller Photography, Sara Keller;

Baumwelten: Rocket Film, Lukas Wälli

Forschung: Universitätsspital Zürich;

Kontakt info@lunge-zuerich.ch

Ausgabe Mai 2021

LUNGE ZÜRICH

Info- und Beratungstelefon

T 044 268 20 00, F 044 268 20 20, beratung@lunge-zuerich.ch

Hauptsitz und Beratungsstelle Circle

The Circle 62, 8058 Zürich-Flughafen

Beratungsstelle Zürich

Pfingstweidstrasse 10, 8005 Zürich

Beratungsstelle Uster

Amtsstrasse 3, 8610 Uster

Beratungsstelle Winterthur

Rudolfstrasse 29, 8400 Winterthur

Tuberkulose-Zentrum

Wilfriedstrasse 7, 8032 Zürich

Spendenkonto: CH62 0900 0000 8000 1535 7

