



## Selbsthilfegruppe für Atemwegs- und Lungenkranke

**Treffen jeden 1. Montag im Monat  
in der IKK Herford um 17 Uhr**

Asthma ist eine chronische, entzündliche Erkrankung der Atemwege. Auf bestimmte Reize reagieren die Bronchien bei Asthmatikern im Gegensatz zu gesunden Personen überempfindlich. Die Bronchien verkrampfen und verengen sich, die Betroffenen können die eingeatmete Luft nicht mehr ausatmen und leiden an Atemnot.

Asthma zählt zu den häufigsten chronischen Krankheiten. In Deutschland sind etwa 5% der Erwachsenen und 10% der Kinder betroffen. Zu den Atemwegserkrankungen gehören ebenfalls Erkrankungen wie chronische Bronchitis und das Lungenemphysem.

Seit September 2003 treffen sich Betroffene in einer Sportgruppe in Herford um trotz Erkrankung fit zu bleiben. Doch darüber hinaus besteht ein großer Bedarf an Gesprächen und Austausch.

In einer Selbsthilfegruppe finden Betroffene und ihre Angehörigen ein Forum, in dem sich Hilfe zur Selbsthilfe entwickeln kann. Der Herforder Initiatorin Gisela Hillebrand schweben Angebote von Patientenschulung, Aufklärung und Beratung bei gesundheitlichen Problemen im Bereich der Atemwegserkrankung sowie ein Patientenmanagement der Krankheit als Ziele der Selbsthilfegruppe vor.

„Der mündige Patient ist gefragt. Wir wollen Leiden mindern und Lebensqualität erhöhen“, so Frau Hillebrand.

In Zusammenarbeit mit der Selbsthilfe im Kreis Herford e.V. finden die Treffen jeden 1. Montag im Monat in der IKK in Herford statt.

Betroffene und interessierte Bürger aus dem gesamten Kreisgebiet sind herzlich eingeladen.

Bei Rückfragen steht Frau Hillebrand unter der Telefon-Nr. 05221 690679 zur Verfügung. E-Mail: [asthmareisen@t-online.de](mailto:asthmareisen@t-online.de)

Weitere Informationen auf der Homepage der [Selbsthilfegruppe](http://www.lungenemphysem-copd.de/pages/oeffentlich/pages/selbsthilfegruppen/nrw/herford/startseite-herford.php) ([www.lungenemphysem-copd.de/pages/oeffentlich/pages/selbsthilfegruppen/nrw/herford/startseite-herford.php](http://www.lungenemphysem-copd.de/pages/oeffentlich/pages/selbsthilfegruppen/nrw/herford/startseite-herford.php)).

### **Fit zum Atmen Jeden Montag um 18:00 Uhr**

Wer sich körperlich im Rahmen seiner Möglichkeiten betätigen möchte, um seine Mobilität zu steigern, hat die Gelegenheit an unserer Sportgruppe für Atemwegserkrankte teilzunehmen.

IKK Gebäude am Bahnhofsvorplatz  
Fürstenaustrasse 13 3. Etage  
32049 Herford

Aufzug ist selbstverständlich vorhanden

Parkplätze sind in ausreichender Anzahl direkt hin dem Gebäude vorhanden.

Information überreicht durch: <b>Kardiologische Gemeinschaftspraxis Herford</b> Dr. W. Rein - Dr. J.-W. Klöpper - PD Dr. M. Spindler Fachärzte für Innere Medizin - Kardiologie Auf dem Dudel 45 - 32049 Herford  Telefon: 05221 50061 Fax: 05221 529690 EMail: <a href="mailto:info@kgp-herford.de">info@kgp-herford.de</a>	
--	---