

# Werde aktiv, damit deine COPD besser therapiert werden kann

Machst du dir Sorgen um deine Atmung? Hast du das Gefühl, dass sich deine Atmung weiterhin verschlechtert und du seltener an Aktivitäten teilnimmst, die dir Spaß machen? Suche deinen Arzt auf und sprich mit ihm offen darüber – es ist an der Zeit, aktiv zu werden! Hier findest du einige Punkte, über die du mit deinem Arzt sprechen solltest, damit dieser besser nachvollziehen kann, wie du dich aktuell fühlst.



## Sprich über dein tägliches Leben

Wie sah dein Leben in den letzten Monaten aus? Deine Alltagsaktivitäten? Deine Ernährung?

---

---

---



## Sprich über deine Symptome und darüber, wie sie sich auf dein Leben auswirken

Erkläre deine Atemprobleme. Verschlimmern sie sich? Wann und wie? Haben sie Auswirkungen auf deine Alltagsaktivitäten? Hat sich deine Lungenerkrankung in letzter Zeit verschlimmert? Hattest du beispielsweise einen Schub, eine Bronchitis oder eine Lungenentzündung? Hast du aufgrund einer Erkrankung im Brustraum orale Steroide oder Antibiotika verwendet?

---

---

---



## Sprich über deine Behandlung

Benutzt du deine(n) Inhalator(en) regelmäßig? Zeig dem Arzt, wie du ihn anwendest. Befolgst du die Atemübungen, die dir eventuell empfohlen wurden?

---

---

---

Fülle außerdem den CAT Test (COPD Assessment Test) aus und bringe ihn zu deinem Arztgespräch mit.