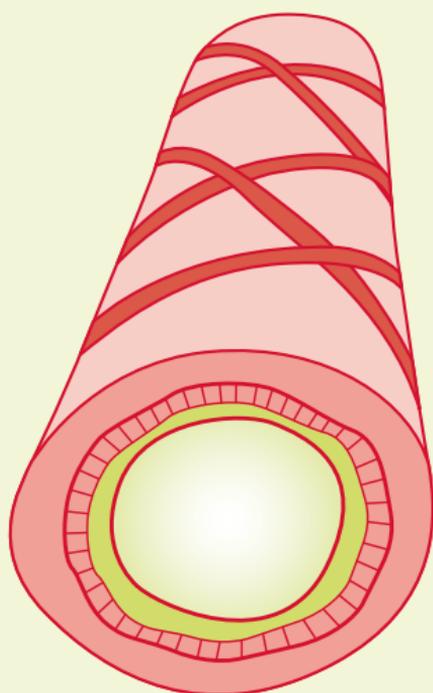




## veränderung der atemwege bei einem asthmaanfall

im normalzustand



bei einem anfall



Bronchial-  
muskulatur  
verkrampft sich

Bronchial-  
schleimhaut  
entzündet sich  
und schwillt an

Bronchial-  
schleim  
vermehrt und  
zäh



SGB V . Versorgungsvertrag (Bestandsschutz) nach § 111a SGB V . Konzession nach § 30 GWO (Beihilfefähigkeit)

gesundheits-  
zentrum

# an der höhle

die klinik für mutter-/vater-kind-kuren



## Gesundheitszentrum an der Höhle

Eberstadt . Höhlenweg 8 . D-74722 Buchen (Odenwald)

### Informationen, Reservierungen & Kontakt

Tel.: 06292 . 930-0 oder 0800 . 2633746 (gebührenfrei)

Fax: 06292 . 930-160 . E-Mail: info@mutter-vater-kind-kur.de

[www.mutter-vater-kind-kur.de](http://www.mutter-vater-kind-kur.de)

Anerkennung & Konzession: Klinik nach § 107 Abs. 2 SGB V für Vorsorge- und Rehabilitationsmaßnahmen nach §§ 24 und 41

gesundheits-  
zentrum

an der höhle

die klinik für mutter-/vater-kind-kuren



## hilfe bei asthma bronchiale

Asthmaschulung & Höhlentherapie

bei uns blühen sie auf...



Asthma stellt hohe Anforderungen an Patienten und deren Familien. Für die **Bewältigung** dieser chronischen Erkrankung stellt die "richtige" medikamentöse Behandlung nur einen Aspekt dar.

Ebenso sind von Bedeutung:

- > das Krankheitswissen
- > die Krankheitsakzeptanz
- > die Behandlungseinsicht
- > die Fertigkeiten, die der Krankheitsbewältigung dienen

## eine impulskur

Im Vergleich zu ambulanter Schulung und/oder Therapie erlaubt ein **stationärer Aufenthalt im Rahmen einer Mutter/Vater-Kind-Kur** die Herausnahme der Familie - oder einiger Familienmitglieder - aus dem häuslichen Umfeld.

Ein auf das System "Familie" ausgerichteter Therapieansatz berücksichtigt sowohl den betroffenen Patienten als auch die für ihn zuständige Person - meist die Mutter.

### ziele einer solchen maßnahme sind:

- > die Lösung aus einer festgefahrenen gesundheitlichen Situation
- > eine Verbesserung des körperlichen Zustandes des kindlichen/jugendlichen Patienten, aber auch der Mutter/des Vaters



## was soll erreicht werden?

### aufklärung, schulung und therapie bewirken, dass

- > die Häufigkeit und die Schwere der Anfälle vermindert werden
- > Spätschäden an Lunge und Herz vermieden werden
- > Sicherheit im Umgang mit Medikamenten vermittelt wird
- > die Krankheitsbewältigung gefördert wird
- > die Lebensqualität verbessert wird

## wer hilft dabei?

Ein interdisziplinäres **Team aus Therapeuten** verschiedener Fachrichtungen arbeitet bei der Therapie und Schulung mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zusammen.

Die **Therapie- und Schulungseinheiten** werden angeboten von: PhysiotherapeutInnen, PädagogInnen, ErnährungsberaterInnen/DGE, ÄrztInnen und PsychologInnen.

## wie ist das gemeinsame vorgehen?

Um den **medizinischen Erfordernissen sowie dem pädagogischen Bedarf** gerecht zu werden, bieten wir an:

- > Speläotherapie (Höhlentherapie)
- > Asthmatraining in Anlehnung an das Konzept der **Arbeitsgemeinschaft Asthaschulung im Kinder- und Jugendalter e.V.** mit Schulungseinheiten:
  - zu Hilfstechniken, sowie atemerleichternden Übungen und Körperstellungen
  - über Auslöser von Asthma



- zur Verbesserung der Selbstwahrnehmung (Lungendetektiv)
- zum Verhalten im Notfall
- zu Peak-Flow-Messungen
- zum Umgang mit Medikamenten
- über Aufbau und Funktion der Bronchien („TRIAS“)
- zur Brustkorbmobilität (Dehnlagerung)

> Elternschulungen

> ärztliche Beratung für Kinder, Jugendliche, Erwachsene

> Kinesiologische Testverfahren zur Ermittlung von Unverträglichkeiten und spezifischen Sensibilitäten

> Lungenfunktionsprüfung mittels Impuls-Oszillometrie ggf. in Verbindung mit einem Aerosol-Provokationssystem für spezifische und unspezifische Provokationstests

> Entspannungsverfahren für Erwachsene bzw. für Kinder und Jugendliche

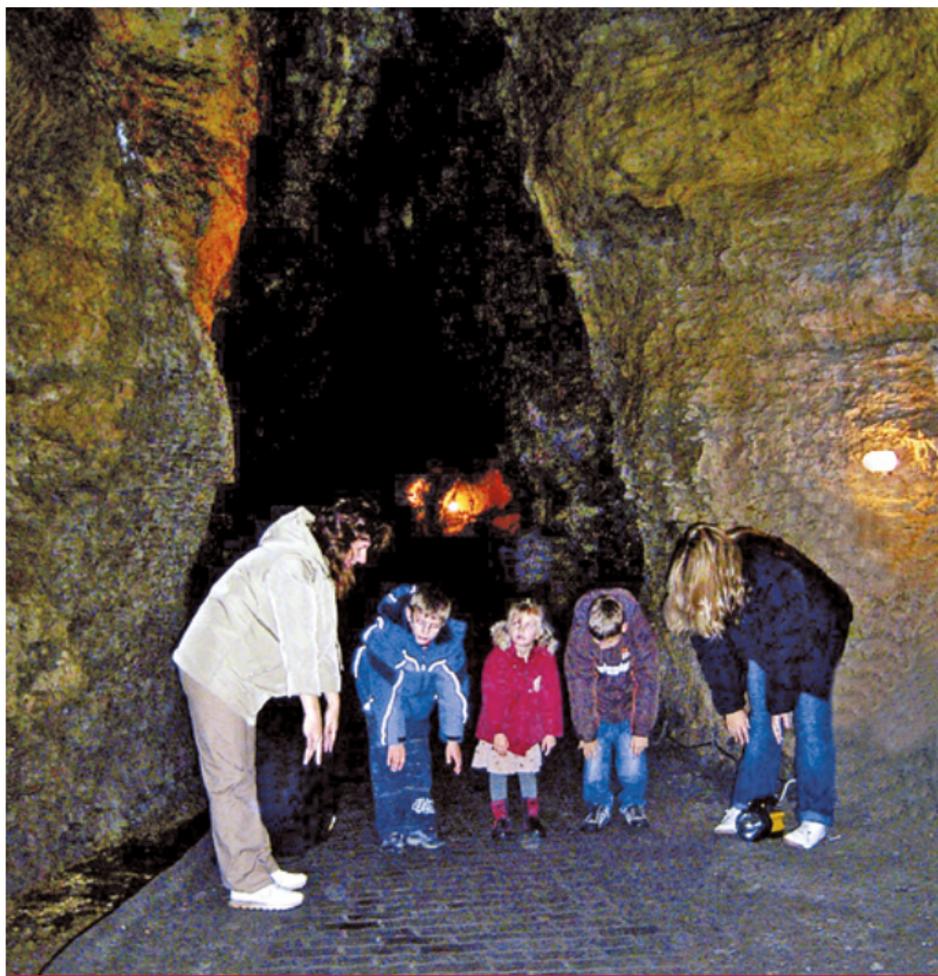
> Atemtherapie zur Verbesserung der Atemtechnik und Atemmechanik

> Inhalationen

> Terraintraining zur Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit und Verbesserung der Atemfunktion

> Ernährungsberatung zur Unterstützung bei ernährungsbedingten Aspekten des Asthma

> Psychotherapeutische Einzel- oder Familiengespräche



## speläotherapie (höhlentherapie)

Die **nahegelegene Eberstadter Tropfsteinhöhle** zählt zu den größten Höhlen Baden-Württembergs.

Aufgrund der **Armut an Allergenen und Schadstoffen** bei gleichbleibender Temperatur (10-11° C) und hoher Luftfeuchtigkeit (95%) über das ganze Jahr hinweg, führt der Besuch der Höhle an sich bereits zu einer Verbesserung des Krankheitsbildes.

Die Verbindung von **Atemübungseinheiten und therapeutischem Spaziergang** im Innern der Höhle hat sich dabei zur moderaten Steigerung der körperlichen Leistungsfähigkeit bewährt.

Ein solcher Aufenthalt in der Höhle von **1 bis 1,5 Stunden** täglich ist deshalb wichtiger und notwendiger Bestandteil der Behandlung von Patienten mit Asthma bronchiale.

# asthma - grundsätzliches

## was ist asthma?

Beim **Asthma bronchiale** liegt eine chronische Entzündung der Atemwege und eine Überempfindlichkeit (Hyperreagibilität) der Bronchien vor.

Asthma bronchiale ist bei Kindern (vor allem bei Jungen) die häufigste chronische Erkrankung, bei Erwachsenen sind vor allem Frauen davon betroffen.

## typische asthma-symptome

- > anfallsartige Atemnot
- > Husten
- > Geräusche beim Ausatmen (Giemen, Brummen, Pfeifen)
- > Engegefühl in der Brust

## der asthmaanfall

Die **Muskulatur** der kleineren Atemwege verkrampft sich (siehe nächste Seite), die entzündete gereizte Bronchialschleimhaut schwillt an, zäher Schleim bildet sich und führt zu einer weiteren Verengung der Bronchien.

Es kann nicht mehr normal ausgeatmet werden, zu viel Luft bleibt in der Lunge, neue Luft kann nicht nachströmen. Beklemmungsgefühl, schwere Atemnot, quälender Husten folgen.

## die auslöser

Für einen Asthma-Anfall kommen **verschiedene Reize** als Auslöser in Frage:

- > Allergene, z. B. Hausstaub, Pollen, Tierhaare, Schimmel, bestimmte Lebensmittel
- > Allgemeine Reize, z. B. Kaltluft, Nebel, Zigarettenrauch
- > Körperliche Anstrengung
- > Infektionen der Atemwege
- > Seelische Belastung, z.B. Aufregung, starke Emotionen