

Liebe Leserin, lieber Leser

Asthma, die chronisch obstruktive Bronchitis und das Lungenemphysem sind die häufigsten chronischen Krankheiten der Atmungsorgane. Ein großer Teil der Bevölkerung hat aufgrund dieser Krankheiten unter Atemnot zu leiden.

In den letzten Jahren sind sehr große Fortschritte bei der Entwicklung wirksamer Medikamente zur Behandlung dieser Krankheiten erzielt worden, sodass insbesondere Asthma inzwischen recht gut behandelbar ist. Dennoch treten bei den genannten Krankheiten immer wieder Atembeschwerden auf. Viele Studien haben ergeben, dass neben der medikamentösen Therapie körperliches Training sowie ein Training der Atmung wichtig sind.

Das vorliegende Buch soll ein Ratgeber sein für Menschen, die sich bei solchen Beschwerden selbst helfen wollen. Auch ist das Buch für Angehörige zu empfehlen, um verstehen zu können, welche Auswirkungen die Krankheiten auf den Alltag haben, und wie sie Betroffenen helfen können. Wir legen in diesem Buch größten Wert auf eine gut verständliche praxisnahe Darstellung.

Prof. Dr. Dierkesmann
Internist und Pneumologe

Sonja Kaiser
Dipl.-Sportpädagogin,
Sporttherapeutin