



Merkblatt

Asthma-Schulung

Antrennungsasthma, Peakflowmessung zur selbständigen Verlaufsmessung.

Sport-CHECK-UP bei Asthma bronchiale

Anstrengungsasthma ist kein Grund nicht mehr Sport zu treiben. Mit Hilfe der Untersuchung und Beratung sollen Techniken vermittelt werden, Schul- und Freizeitsport problemlos zu bewältigen. Dabei wird auch die Anwendung des Peakflowmeters im Rahmen sportlicher Aktivitäten erklärt.

Es handelt sich hierbei um eine individuelle Beratung auf der Basis der spiroergometrischen Untersuchung. Dabei wird das Leistungsvermögen in Ruhe und unter Belastung inklusive des Gasaustausches untersucht. Dadurch lassen sich Risiken seitens der Lunge und des Herz-Kreislauf-Systems exakt darstellen. Dies ist insbesondere geeignet für Erwachsene ab 35 Jahren, welche bisher sportlich nicht aktiv waren und nun etwas für ihre Fitneß tun wollen im Bereich des Freizeitsports. Die Untersuchung Spiroergometrie ist aber ebenso geeignet für langjährige Sportler, welche jetzt neu mit dem Auftreten von Asthma bronchiale konfrontiert sind. Für Übergewichtige beinhaltet die Schulung Tips zur besseren Kalorienverbrennung mit Hilfe von Ausdauertraining.