

Bronchiectasen – was Sie wissen sollten

Bronchiectasen sind dauerhafte Erweiterungen der Atemwege (Bronchien), die durch eine Schädigung der Bronchialwände entstehen. Diese Erweiterungen führen dazu, dass Schleim nicht mehr richtig abtransportiert werden kann, was eine chronische Entzündung begünstigt. Die Krankheit ist zwar selten, kann jedoch erhebliche Auswirkungen auf die Lebensqualität haben, wenn sie nicht rechtzeitig behandelt wird.

Ursachen und Risikofaktoren

Bronchiectasen entstehen oft infolge wiederholter oder schwerer Infektionen der Atemwege, wie Lungenentzündungen oder Tuberkulose. Auch angeborene Erkrankungen wie Mukoviszidose oder ein Immundefekt können die Entwicklung von Bronchiectasen begünstigen. Eine weitere häufige Ursache ist eine chronische Reizung der Atemwege, etwa durch Einatmen von Fremdkörpern, Reizstoffen oder Magensäure (bei wiederkehrendem Reflux). In manchen Fällen bleibt die Ursache jedoch unklar.

Typische Symptome

Die Symptome von Bronchiectasen sind vielfältig und können je nach Ausprägung der Erkrankung variieren. Zu den häufigsten Beschwerden zählen:

- **Chronischer Husten:** Oft begleitet von der Absonderung großer Mengen zähen, manchmal übelriechenden Schleims.
- **Häufige Infekte:** Wiederkehrende Atemwegsinfekte, die länger dauern und schwerer verlaufen als üblich.
- **Atemnot:** Besonders bei körperlicher Anstrengung.
- **Müdigkeit und Abgeschlagenheit:** Durch die chronische Entzündung und eingeschränkte Lungenfunktion.
- **Bluthusten:** In fortgeschrittenen Stadien kann es durch Verletzungen der Bronchialwände zu blutigem Auswurf kommen.

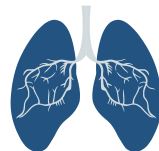
Wie werden Bronchiectasen diagnostiziert?

Die Diagnose von Bronchiectasen erfolgt meist mithilfe moderner bildgebender Verfahren wie der Computertomografie (CT), die detaillierte Bilder der Atemwege liefert. Zusätzliche Untersuchungen, wie Lungenfunktionsmessungen und Tests auf mögliche zugrunde liegende Ursachen, helfen dabei, die Erkrankung besser zu verstehen und gezielt zu behandeln.

Behandlungsmöglichkeiten

Die Therapie von Bronchiectasen zielt darauf ab, die Symptome zu lindern, Infekte zu verhindern und das Fortschreiten der Krankheit zu verlangsamen. Zu den wichtigsten Maßnahmen gehören:

- **Atemphysiotherapie:** Spezielle Übungen und Techniken helfen, den Schleim aus den Atemwegen zu entfernen.
- **Medikamente:** Inhalative Bronchodilatoren erleichtern die Atmung, während Antibiotika bei Infekten die Entzündung bekämpfen.
- **Impfungen:** Regelmäßige Grippe- und Pneumokokkenimpfungen schützen vor schweren Infekten.



- **Reinigung der Atemwege:** In schweren Fällen kann eine bronchoskopische Reinigung erforderlich sein, um festsitzenden Schleim zu entfernen.
- **Operation:** Bei lokal begrenzten Bronchiektasen kann eine operative Entfernung der betroffenen Lungenabschnitte in Betracht gezogen werden.

Wie werden Bronchiektasen diagnostiziert?

Auch bei Bronchiektasen gibt es viele Möglichkeiten, wie Sie aktiv zu Ihrer Gesundheit beitragen können:

1. **Rauchverzicht:** Rauchen schädigt die Atemwege und verschlimmert die Erkrankung – ein Rauchstopp ist entscheidend.
2. **Atemtechniken anwenden:** Übungen wie das Ausatmen durch die Lippenbremse helfen, die Atmung zu erleichtern.
3. **Hygiene beachten:** Eine gute Mund- und Nasenhygiene kann helfen, Infektionen zu vermeiden.
4. **Körperliche Aktivität fördern:** Moderate Bewegung verbessert die Lungenfunktion und stärkt das Immunsystem.
5. **Reizstoffe meiden:** Vermeiden Sie Schadstoffe in der Luft, wie Staub, Dämpfe oder Rauch, um Ihre Atemwege zu schützen.
6. **Ausreichend trinken:** Flüssigkeit hilft, den Schleim zu verflüssigen und erleichtert dessen Abtransport.