

Asthma

# In 1000 Meter Höhe endlich durchatmen

Hoch in den bayerischen Bergen liegt Deutschlands einziges Internat für asthmakranke Kinder und Jugendliche. In milbenfreier Umgebung können sie hier ohne Angst vor Anfällen leben, lernen und spielen

Eine fröhliche Kindheit sieht anders aus: Mit sechs Monaten musste Christiane das erste Mal wegen akuter Atemnot in die Klinik. Auch später war sie beinahe alle vier Wochen krank. „Mal hatte ich eine Lungenentzündung, dann wieder einen bedrohlichen Asthmaanfall“, erzählt die heute 18-Jährige. In der Schule musste sie die ersten beiden Klassen wegen der

vielen Fehlzeiten wiederholen. Als sie elf Jahre alt war, fragte sie ihr Lungenarzt: „Kannst du dir vorstellen, in Bayern zu leben?“ Christiane konnte. Und zog von ihrer Heimatstadt Halle in Sachsen-Anhalt nach Berchtesgaden – ins einzige Asthma-Internat Deutschlands für schwer kranke Kinder und Jugendliche.

**Gesunde Idylle.** Wie ein Urlaubsdorf wirkt das Asthma-Zentrum auf 1000 Meter Höhe mit seiner kleinen Kirche und dem Hotel für Gäste. Eine Postkartenidylle, eingerahmt von grünen Nadelbaumwäldern und schroffen Berggipfeln. „Das schadstoffarme Hochgebirgsklima enthält ein Drittel weniger Pollen und Sporen. Und die geringe Luftfeuchtigkeit ver-

hindert, dass sich hier Hausstaubmilben tummeln“, so Dr. Bernhard Pfannebecker, Kinderarzt und Allergologe im Asthma-Zentrum. „Deshalb haben die Kranken hier oben so gut wie keine akuten Anfälle mehr.“ Zu Hause raubten Milben und Pollen Christiane immer wieder den Atem. Ihre dauerhaft entzündeten Bronchien wehrten sich heftig gegen diese für die meisten Menschen harmlosen Stoffe (siehe Kasten S. 113). „Wenn ich in den Ferien zu Hause bin, kommen die Anfälle wieder“, so Christiane.

Die Schüler des vom Christlichen Jugenddorfwerk Deutschlands (CJD) getragenen Asthma-Internats sind Kinder und Jugendliche, die ganzjährig und schwer an Asthma leiden. Deshalb übernimmt die Kosten für den Aufenthalt zum größten Teil der Sozialhilfeträger. Die Eltern zahlen einen Zuschuss, der sich nach ihrer Einkommenshöhe

richtet. Rund um die Uhr betreuen Ärzte, Lehrer und Erzieher die 160 jungen Patienten, die nach der Ankunft erst einmal gründlich untersucht werden. Mit Lungenfunktionsmessungen und Allergietests bestimmen die Ärzte die richtige Medikamentendosis. Beim Verhaltenstraining lernen

die Kinder dann, ihre Krankheit zu verstehen und die Medikamente richtig einzusetzen. Aber auch die Ausbildung kommt nicht zu kurz. Zum Internat gehören eine Grund- und Hauptschule auf dem Gelände. Leistungsstärkere Kinder können in Berchtesgaden die Realschule oder das Gymnasium besuchen und dort ihren Abschluss machen. Außerdem bietet das Asthma-Zentrum die Möglichkeit, eine Ausbildung in den Bereichen Hotel, Einzelhandel, Büro oder Hauswirtschaft zu absolvieren. So wie Christiane. An diesem Morgen steht sie mit gestärkter weißer Schürze am Herd der Ausbildungsküche und bereitet Tomatensauce fürs Mittagessen zu. „Das ist Teil meiner Lehre zur hauswirtschaftstechnischen Helferin“, erzählt die junge Frau. „Genau wie das Bettenmachen oder Putzen im Hotel, das zum Asthma-Zentrum gehört.“

**Geknickte Kinderseelen.** In der Schule müssen die meisten Kinder erst einmal viel aufholen, sagt der stellvertretende Schulleiter Josef Güll. „Viele wurden gehänselt, fehlten oft oder waren einfach nicht so belastbar wie ihre

Bitte umblättern



Messgerät: Julika pustet ins Rohr. Eine Plastikklammer verhindert, dass sie durch die Nase atmet

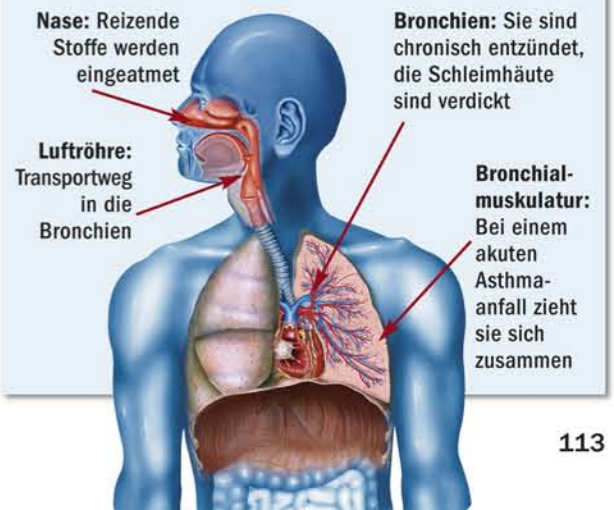


FOTOS: BETHEL FATH (5), MEDICAL PICTURE

Asthma-Zentrum in den Alpen: Auf 1000 Meter Höhe haben Milben keine Chance mehr

## Medizinische Fakten zu Asthma

- **Typische Symptome:** Asthma ist eine der häufigsten Erkrankungen der Atemwege. Etwa vier Millionen Deutsche leiden daran, jeder zehnte davon ist noch ein Kind. Typisch für diese chronische Entzündung der Bronchien sind wiederkehrende Anfälle von Atemnot. Sie entsteht durch die Verkrampfung der Bronchienmuskulatur. Zäher Schleim und verdickte Schleimhäute behindern die Atmung zusätzlich.
- **Häufige Auslöser:** Pollen, Hausstaubmilben, Tierhaare oder Schimmelpilze, körperliche Überanstrengung, Stress.
- **Therapie:** Die meisten Patienten sind ständig auf Medikamente angewiesen. Bronchienerweiternde und entzündungshemmende Substanzen (z. B. inhalierbares Kortison) halten die Lungenfunktion aufrecht. Im Akutfall helfen Inhalier-Sprays, die die Verkrampfung lösen und die Atemwege öffnen.



Mitschüler. Jetzt hinken sie dem Lehrplan hinterher.“ Deshalb leiden sie unter mangelndem Selbstvertrauen und der Sehnsucht nach der Familie zu Hause. Aus diesem Grund versuchen die Pädagogen mit ungewöhnlichen Methoden, die geknickten Kinderseelen wieder aufzubauen.

**Zirkustraining motiviert.** Jeden Dienstag wird in der Turnhalle für den hauseigenen Zirkus Azebu geprobt. In einer Ecke studiert das Hula-Hoop-Ballett neue Nummern ein, dazu dröhnt aus dem CD-Spieler Technomusik. Am anderen Ende der Halle jonglieren Kinder mit Tellern. Daneben üben sich Jugendliche als Feuerschlucker. Andere machen Spagat oder laufen auf Händen. Gut zwei Dutzend Teenies toben auf Socken durch den Raum. Auch Julika ist dabei, die im Sommer neu nach Berchtesgaden gekommen ist. Vor einer Stunde hatte die 13-Jährige in ihrem Dachzimmer unter dem Hamsterposter noch geweint und über Heimweh geklagt. Jetzt dreht sie Hand in Hand mit einer Mitschülerin Runden auf dem Einrad, übt sich im eleganten Rückwärtsfahren. „Ich bin so stolz“, lacht Julika. „Es strengt auch gar nicht an.“

**Der Tagesablauf.** So chaotisch bunt wie beim Zirkustraining geht es im Asthma-Internat jedoch nicht immer zu. Im Gegenteil. Der Tagesplan der Schüler und Azubis ist straff organisiert: Nach dem Frühstück kontrollieren die Betreuer, ob die Kinder ihre Medikamente nehmen. Denn nur die vorbeugende Einnahme – auch in anfallfreien

Zeiten – garantiert, dass der Zustand stabil bleibt. Es folgen Schulunterricht, Mittagessen und Hausaufgaben. Vor dem Abendessen steht Freizeit mit viel Sport auf dem Programm: „Ein Kind, das sich nicht bewegt, gerät in einen Teufelskreis“, erklärt Angelika Biberger, Leiterin der Sporttherapie im Asthma-Zentrum. „Die ohnehin geschwächten Atemwege verlieren weiter an Leistungsfähigkeit und schon bei geringer Belastung bekommen die Kinder keine Luft mehr.“ Diese Erfahrung mussten Christiane, Julika und ihre Mitpatienten früher oft schon allein beim Herumtollen machen.

**Sanfte Bewegungen.** Grund dafür ist, dass die rasch eingeatmete Luft nicht genügend erwärmt werden kann. Das löst in der überempfindlichen Bronchialschleimhaut einen Kältereiz aus. Die Luft bleibt weg. Wichtig ist deshalb vor jeder körperlichen Anstrengung ein intensives Aufwärmtraining. Ideal für Asthmatiker ist sanfter Ausdauersport wie Schwimmen oder Radfahren. Zusätzlich schützen lang wirksame Medikamente die Bronchien vor Verkrampfung und beugen so Anfällen vor.

**Medizinische Kontrolle.** Ob das Bewegungstraining und die Medikamente wirken, zeigt sich erst später bei den Tests im Lungenfunktionslabor. Die beiden Räume sind voll mit Computern, Laufbändern und dem Bodyplethysmograf. Er sieht aus wie eine gläserne Telefonzelle mit einem Apparat darin, der das Lungenvolumen des Patienten misst. An diesem Nachmittag ist Julika dran. Zuerst trainiert sie auf dem



**Bewegungstraining:** Julika gibt auf dem Laufband richtig Gas

Laufband und muss dann in der luftdichten Kabine Platz nehmen.

Das Mädchen bekommt eine Plastikklammer auf die Nase, schließt die Lippen um das Mundstück des Messgeräts und holt tief Luft. „Ausatmen. Feste!“, gibt Sporttherapeutin Angelika Biberger von draußen das Kommando. Julika pustet, bis die Backen glühen. Ein Computerdiagramm zeigt ihren Wert an. „2,3 Liter sind es diesmal“, verkündet Biberger. Julika freut sich. Ihre Bronchien haben den anstrengenden Belastungstest auf dem Laufband ohne Verkrampfung überstanden – und sie hat ihre Krankheit wieder ein wenig mehr in den Griff bekommen.

Bernhard Hobelsberger

### TV-Tipp

service: gesundheit  
Magazin. Schwerpunkt: Asthma  
DO 9.2. · 19.00 Uhr · HESSEN



**Ärztliche Untersuchung:** Für die Neuankömmlinge im Asthma-Zentrum stehen umfangreiche Lungenfunktions- und Allergietests auf dem Programm



**Unterricht:** Viele Schüler hinken erst einmal dem Lehrplan hinterher

### Wichtige Adressen

#### Ausgewählte Kliniken und Internetseiten

- **CJD Asthma-Zentrum**  
Buchenhöhe 46  
83471 Berchtesgaden  
Tel. 0 86 52/6000-0  
Fax 0 86 52/6000-273  
info@Asthma-Zentrum.de  
www.Asthma-Zentrum.com
- **Fachklinik Sylt für Kinder und Jugendliche**  
Steinmannstr. 52–54  
25980 Westerland/Sylt  
Tel. 0 46 51/852-0  
Fax 0 46 51/852-58  
fachklinik-sylt@t-online.de  
www.fachklinik-sylt.de
- **Allergie- und Asthmaklinik**  
Med. Zentrum für Gesundheit  
An der Martinusquelle 10  
33175 Bad Lippspringe  
Tel. 0 52 52/95 24 00  
Fax 0 52 52/95 23 71  
www.medizinisches-zentrum.de
- **Rehaklinik Kandertal**  
79429 Malsburg-Marzell  
Tel. 0 76 26/902 200  
Fax 0 76 26/902 900  
rehaklinik-kandertal@kur.org  
www.kur.org/rehaklinik-kandertal
- **Reha Klinik Neuharlingersiel**  
Bettenwarfen 2–14  
26427 Neuharlingersiel  
Tel. 0 49 74/91 60  
Fax 0 49 74/91 61 70  
www.rehaklinik-neuharlingersiel.de
- **www.asthma.de**  
Medizinische Infos zum Thema
- **www.daab.de**  
Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V.