

Lungentag: Infektionen vermeiden, erkennen und behandeln

Datum 8.10.2026
Subjekt Sana Kliniken
Autor Dominik Kranzer
E-mail dominik.kranzer@sana.de
Telefon +49 91285043365
Region Německo
Kategorie Zdravotnictví a nemocnice, Věda a výzkum

Zum dritten Mal richtete das Krankenhaus Rummelsberg einen Lungentag aus - Interesse steigt von Jahr zu Jahr.

Rummelsberg. Der Lungentag am Krankenhaus Rummelsberg hat sich etabliert, davon zeugten die vollen Plätze im Vortragssaal der Klinik. Dr. Dietmar Geiger, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin, hatte eingeladen. Seine Mission: Das Bewusstsein für die Gesundheit der Atemwege stärken, wissenschaftliche Erkenntnisse teilen und den Austausch zwischen Fachleuchten, Betroffenen und Interessierten fördern.

Viele Blicke zog das begehbare Lungenmodell auf sich, welches im Eingangsbereich der Klinik prominent aufgebaut war. Zahlreiche Firmen präsentierten Medizinprodukte und Dienstleistungen rund um die Lungengesundheit und ermöglichten Medizin zum Anfassen. Chefarzt Dr. Dietmar Geiger hatte eingeladen und knapp 100 Betroffene und Interessierte aus der Region waren seinem Ruf gefolgt. Worauf es ihm ankommt, machte er zu Beginn der Veranstaltung deutlich: „Infektionen können bestehende Erkrankungen wie die chronisch obstruktive Bronchitis oder Asthma verschlechtern. Daher ist es wichtig, Infektionen – wenn möglich – zu vermeiden, rechtzeitig zu erkennen und gezielt zu behandeln.“ Wie dies gelingen kann, wurde in zahlreichen Vorträgen thematisiert. Auf die antientzündliche Ernährung ging Beate Stadtländer von der Firma n:aip ein. Gerade Omega-3-Fettsäuren und Probiotika können nicht nur die Darmflora stärken, sondern auch die Symptome bei COPD, Asthma und zystischer Fibrose verbessern. Schließlich sind Darm und Lunge über die Blutbahn miteinander verbunden. Wer hier in Sachen Ernährung Unterstützung benötigt, kann sich jederzeit auch an die eigene Krankenkasse wenden.

Auch prophylaktisch der Lunge etwas Gutes tun

Manuela Drews von der Firma CEGLA Medizintechnik war es ein Anliegen, mit einfachen Atemtherapien und Atemprodukten die Lunge freizubekommen. Dabei wird ein ganzheitlicher Ansatz verfolgt, so dass nicht nur Betroffene Linderung erfahren, sondern auch gesunde Menschen, um beispielsweise in Erkältungszeiten leichter atmen zu können. „Es gibt viele Möglichkeiten, etwas für die Lunge zu tun. Grundsätzlich muss man eine Problematik immer ärztlich und therapeutisch abklären. Aber auch wenn man gesund ist, kann man die Lunge stärken“, so Drews, die Produkte zeigte, die im Kindesalter bereits ab drei Jahren eingesetzt werden können. Die Krux sei es, dass die Kosten oft nur von der Krankenkasse übernommen werden, wenn man an der Lunge erkrankt ist. „Aber auch prophylaktisch gibt es viele Möglichkeiten, um der eigenen Lunge etwas Gutes zu tun“, so Drews.

Warum häufiges Kauen Bakterien reduziert

Logopäde Felix Jandausch hatte ganz praktische Tipps für das Auditorium mit dabei. So helfe beispielsweise das Kauen einer Karotte, um Bakterien auf Mundschleimhaut und Zunge zu neutralisieren. Aber auch das Ölziehen könne helfen, um gegen Bakterienstämme im Mund anzukämpfen, damit diese nicht in die Atemwege gelangen. Allgemein sei das Speichel-Milieu im Mund sehr wichtig und es sei ratsam, jeden Bissen bis zu 32 Mal zu kauen. „Der menschliche Speichel enthält ein Enzym, das eine antibakterielle Wirkung hat. Je länger die Nahrung im Mund verbleibt und mit Speichel vermischt wird, desto mehr schädliche Bakterien und Krankheitserreger können so vor dem Schlucken unschädlich gemacht werden“, erklärte Jandausch. Physiotherapeut Goran Kitanovski stellte Atemübungen in unterschiedlichen Körperpositionen vor, um die Lunge mit mehr Sauerstoff zu versorgen.

Impfstatus schützt vor Infektionen und Folgeerkrankungen

Den Abschluss bildete Chefarzt Geiger mit seinem Vortrag. Um gut durch die anstehende Erkältungszeit zu kommen, aber auch generell sei es wichtig, die Lebensführung anzupassen, um die Lunge zu schützen. „Ernährung, Körperpflege, Hand- und Mundhygiene sind wichtige Ansatzpunkte, aber auch Aktivität und Mobilität spielen Schlüsselrollen. Infektionen müssen vermieden werden, ein Schutz vor Erregern wird benötigt – und auch ein Schutz für Kinder und ältere Menschen“, so Geiger. Passend dazu widmete er sich dem Thema Impfungen, denn: „Impfen schützt nicht nur vor Infektionen, sondern auch vor Folgeerkrankungen – denn im Umkehrschluss wissen wir, dass jede Infektion bestehende Lungenerkrankungen verschlimmern kann.“ Eine individuelle Impfberatung und eine regelmäßige Überprüfung des Schutzes sei bei Patienten mit Lungenerkrankungen immer ratsam. Neben der Influenza-Impfung ging Geiger auch auf die Themen Sars-CoV-2, das Respiratorische Synzytial-Virus, kurz RSV, und den Keuchhusten ein. Das abschließende Credo, deckte sich aber mit den zwei vorausgegangenen Lungentagen: „Die erste aktive und effektive Maßnahme, die Sie für die Lungengesundheit jetzt und sofort tun können – ganz gleich, ob Sie bereits Erkrankungen haben oder nicht: Unterlassen Sie das Rauchen!“

Über das Krankenhaus Rummelsberg

Das Krankenhaus Rummelsberg, in der Trägerschaft der Sana Kliniken AG, verfügt über 350 Betten und ist südöstlich von Nürnberg gelegen. Das Lehrkrankenhaus der Universität Erlangen-Nürnberg ist in den Fachbereichen Orthopädie und Unfallchirurgie, Allgemein- und Viszeralchirurgie, Neurologie, Innere Medizin und Geriatrische Rehabilitation weit über die Grenzen der Metropolregion Nürnberg-Fürth-Erlangen hinaus bekannt und spezialisiert. Medizinische und pflegerische Fachkompetenz prägen die Arbeit im Krankenhaus Rummelsberg. Rund 13.500 stationäre und 23.000 ambulante Patienten werden hier jährlich versorgt. Zwischen 2023 und 2027 wird das bisherige Wichernhaus durch ein hochmodernes Klinikgebäude ersetzt. Die Baumaßnahme in Höhe von 140 Millionen Euro wird teilweise durch den Freistaat Bayern gefördert. Mehr Informationen unter www.krankenhaus-rummelsberg.de.

<https://www.sana.de/newsroom/lungentag-infektionen-vermeiden-erkennen-und-behandeln>