

# Asthmateam

in der Kinder- und Jugendklinik



**Universitätsklinikum  
Erlangen**





## Ambulante Atemtherapie und Sport

Einmal pro Woche bietet das Asthmateam der Kinder- und Jugendklinik des Universitätsklinikums Erlangen Sport- und Asthmathherapie für Kinder im Alter von 2 bis 16 Jahren an.

### **Ziele der Sporttherapie:**

- Verbesserung der körperlichen Belastbarkeit
- Anwendung von Selbsthilfetechniken
- Einüben der richtigen Atemtechnik bei Belastung
- Verbesserung der Thoraxbeweglichkeit
- Entspannungstechniken

## Ambulanter Adipositas sport

Einmal pro Woche werden Schwimmen und Sport in der Halle angeboten.

### **Ziele:**

- Spaß an der Bewegung
- Veränderung des Bewegungsverhaltens im Alltag
- Förderung der eigenen Stärken
- Ausgleich von körperlichen Schwächen
- Essverhalten, Gewichtsreduktion

Die Kurse finden in Erlangen und in Nürnberg statt und werden in der Regel von den Krankenkassen unterstützt.

# Ambulantes Asthmaverhaltenstraining für Kinder und Jugendliche von 6 bis 16 Jahren und deren Eltern/Erziehungsberechtigte

Das Asthmaverhaltenstraining soll Kindern und Jugendlichen mit Asthma bronchiale und ihren Eltern mehr Sicherheit im Umgang mit der Krankheit vermitteln.

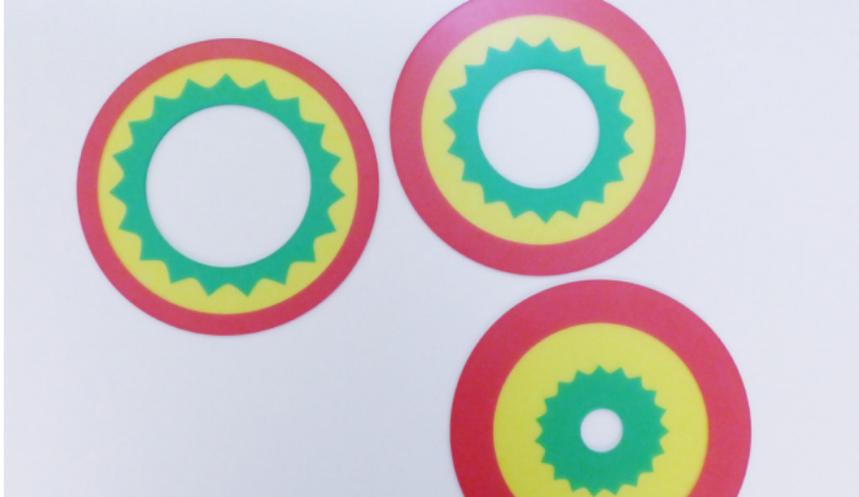
## **Inhalte der Schulungen sind:**

- medizinische Informationen
- Auslöser- und Anfallsvermeidung
- medikamentöse Therapie
- nicht medikamentöse Techniken zur Selbsthilfe
- psychosoziale Aspekte

Trainingsziele sind bessere Lebensqualität, Spaß an Bewegung und Sport sowie Sicherheit beim Verhalten im Notfall.

Das evaluierte Schulungsprogramm der AG Asthmaschulung im Kindes- und Jugendalter e. V. wird durch ein fachübergreifendes Team geleitet. Die Schulungen umfassen fünf Termine für die Kinder und Jugendlichen und drei Termine für die Eltern parallel zur Kinder- und Jugendschulung.





## Ambulante Familienschulungen für Eltern mit Kindern von 2 bis 5 Jahren

Die Schulung umfasst drei Termine. Davon sind zwei mit den Kindern und ein Termin ohne die Kinder.

Die Schulungsinhalte für die Eltern entsprechen denen des ambulanten Asthmaverhaltenstrainings.

Für die Kinder stehen Inhalation, Peak-Flow-Meter-Messung und Atemtherapie mit Erlernen der atemerleichternde Körperstellungen im Vordergrund.

Die aktuelle Termine und Anmeldeunterlagen entnehmen Sie bitte der Website der Kinderklinik.

Als Alternative zum ambulanten Asthmaverhaltenstraining werden in Berchtesgaden zweiwöchige Asthmacamps für Kinder ab 9 Jahren ohne Eltern sowie Familiencamps angeboten.

## Ansprechpartnerin für Camps

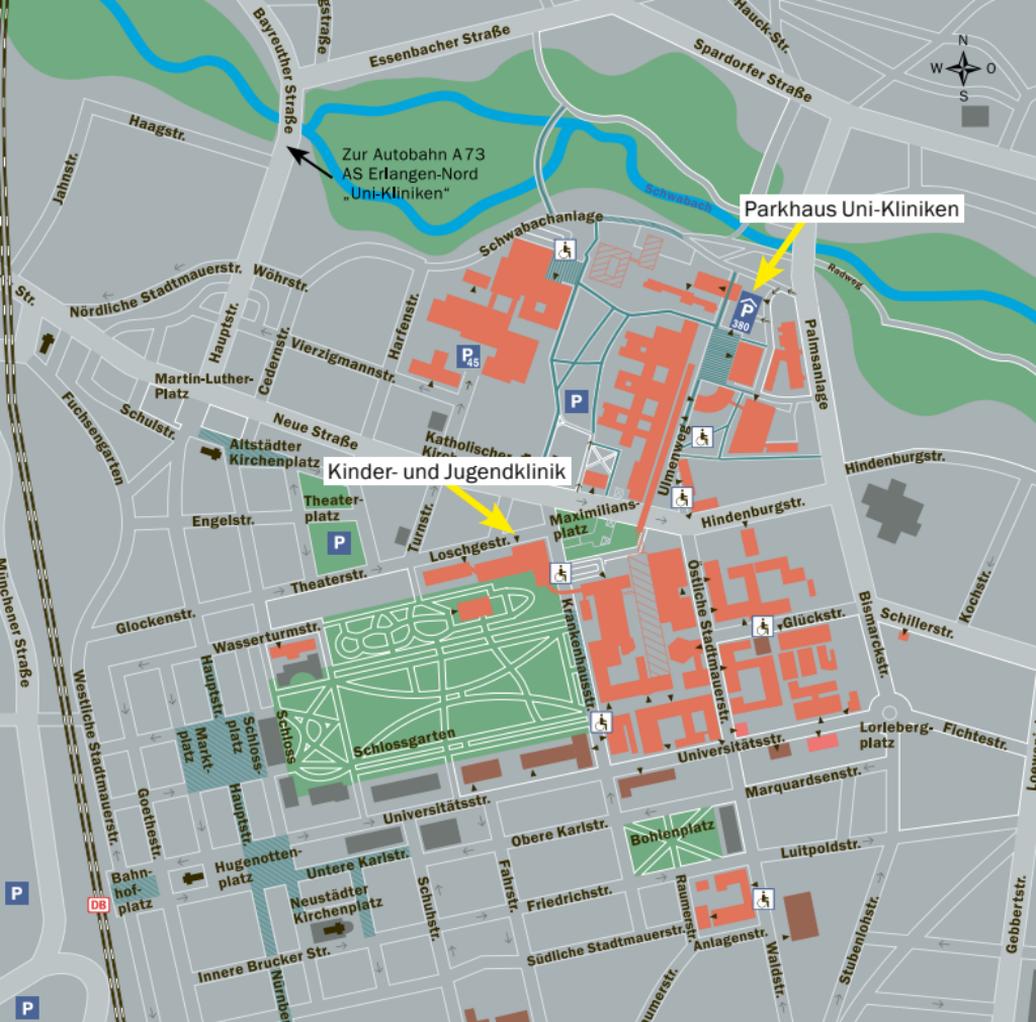
**Mechthild Gimlik-Bröse**

Tel.: 0911 4801329

Mobil: 0171 2815842

asthmacamp@web.de





## Kinder- und Jugendklinik Asthmateam

Loschgstraße 15, 91054 Erlangen  
Tel.: 09131 85-33118/-33119

### Leitung des Asthmateams

Dr. med. Renate Ruppel (Asthmatrainerin)  
Dr. med. Christina Tremel  
Tel.: 09131 85-33735

### Sporttherapeut

Oliver Malsam (Asthmatrainer)  
Tel.: 09131 85-36876  
Fax: 09131 85-33113  
oliver.malsam@uk-erlangen.de  
www.uker.de/ki-asthmateam

### Elterselbsthilfegruppe

Mechthild Gimlik-Bröse  
Tel.: 0911 4801329

