



Mit COPD auf hoher See

Eine COPD-Erkrankung muss nicht bedeuten, dass der Urlaub ins Wasser fällt. Doch auf was ist bei der Vorbereitung zu achten? Urs Wengi zeigt, wie man sich mit einer Sauerstofftherapie arrangieren kann.

Mit viel Witz und stets einem schlagfertigen Spruch auf den Lippen geht Urs Wengi durchs Leben. Selbst die Diagnose COPD (Chronic Obstructive Pulmonary Disease) vor acht Jahren konnte ihm seinen Humor nicht nehmen: «Nur kein Drama machen wegen dem Rüssel!» «Rüssel», so nennt er seinen Nasenkatheter – die Sauerstoffzufuhr, die ihm beim Atmen durch die Nase hilft. Zusammen mit seiner Frau Therry und den zwei Golden Retriever Sandokan und Mashara lebt der gebürtige Winterthurer in der idyllischen Gemeinde Hüttikon im Zürcher Unterland. Sein Heim ist ein Abbild seiner entspannten Lebenseinstellung. Im Garten plätschert das Teichlein vor sich hin, im Wintergarten baumeln noch die letzten Oliven vom Baum und in der Küche bereitet Therry einen Cappuccino zu. Die Küche ist das Reich von Therry, wohingegen der Heimwerker in seiner Werkstatt beim Sägen, Bohren und Hämmern in seinem Element ist. Doch ganz so ruhig wie sein jetziger Alltag war sein Leben nicht immer. Während seiner beruflichen Karriere führte er ein Leben aus dem Koffer: Montagmorgen Singapur, Freitagabend dann New York. Kein Wunder, dass das Privatleben darunter litt. Mitunter ein Grund, weshalb er sich dazu entschied, selbstständig zu werden. Seit über 30 Jahren ist er nun stolzer Leiter seiner eigenen IT-Firma.

Ein IT-Auftrag war es dann auch, der zu seiner ersten Solo-Reise mit Sauerstofftherapie führte. Für einen Geschäftskunden musste Urs Wengi nach Poschiavo reisen, eine Gemeinde im südlichsten Zipfel von Graubünden an der Grenze zu Italien. Von Tür zu Tür bedeutete dies eine Autofahrt von etwa sechs Stunden. Mindestens zwei Nächte würde er vor Ort verbringen. Mit seinem Flüssigsauerstoffsystem zu Hause kam er grund-

sätzlich gut zurecht, denn für kurze Ausflüge konnte er den Sauerstoff selbstständig in seinen mobilen Tank umfüllen. Doch dessen Kapazität reichte nie und nimmer für den Aufenthalt in Poschiavo aus. Es stellte sich also die Frage, wie er während der Fahrt und auch in Poschiavo selber an genügend Sauerstoff kommen sollte. Eine kurze Recherche zeigte, dass sich die nächste Sauerstoff-Tankstelle von Poschiavo aus in Samedan befand – eine einstündige Autofahrt entfernt. Ein zu grosses Risiko.

In Koordination mit LUNGE ZÜRICH und dem Sauerstofflieferanten konnte eine Lösung gefunden werden, indem ein 32-Liter-Flüssigsauerstofftank bestellt wurde. Dieser passte knapp in Wengis Auto rein. Auf diese Weise konnte er unterwegs und vor Ort nach Belieben seinen mobilen Sauerstofftank nachfüllen. «Man muss sich aber auch bewusst sein, dass diese eher unkonventionelle Methode nur funktionierte, weil ich nachts nur wenig Sauerstoff benötige und weil ich nur wenige Tage von zu Hause weg war», gesteht Wengi. Andernfalls wäre ein mobiler Sauerstoffkonzentrator die bessere Wahl gewesen.

Für diese eher kurze Reise trafen er und seine Frau ansonsten keine weiteren grösseren Vorbereitungen. Anders sah es bei einer Reise im Herbst letzten Jahres aus.

Kreuzfahrt ahoi!

Im Rahmen der Luftholtage der Lungenliga Schweiz entschieden sie sich, an einer Kreuzfahrt teilzunehmen. Zwar war dies für die Wengis nicht die erste Kreuzfahrt – man könnte sie gar als regelrechte Kreuzfahrt-Experten bezeichnen, aber es war die erste grössere Reise mit Sauerstoff. Zuvor überlegten sie

sich, ohne externe Betreuung eine Kreuzfahrt anzutreten, vorzugsweise mit der den Wengis bestens bekannten Kreuzfahrtschiffgesellschaft Costa. LUNGE ZÜRICH übernahm die Abklärung, wie der Gebrauch der Sauerstofftherapie an Bord der Costa-Schiffe gehandhabt werde: Es bestand die Möglichkeit, eigenen Sauerstoff mitzunehmen, jedoch mit der Auflage, den Sauerstofftank ausschliesslich im bordeigenen Spital zu lagern und den mobilen Tank jeweils dort aufzufüllen. Da sich dieser Beschaffungs- und Versorgungsprozess aber als eher kompliziert herausstellte, entschieden sie sich doch für die Kreuzfahrt mit der Lungenliga Schweiz, bei der eine zuverlässige und einfache Sauerstoffversorgung garantiert war.

«Äs bitzeli meh»

Das Kreuzfahrtschiff MSC Meraviglia – dessen Name so viel bedeutet wie «das Wunder» und welches das zweitgrösste Schiff der Welt ist – startete in Genua und machte Halt in Neapel, Messina, Malta, Barcelona und Marseille. Bei der Reisevorbereitung benötigten sie vor allem eins: «Ein bisschen mehr Zeit als andere», sagt Therry Wengi. Zeit brauche es beispielsweise für einen vorgängigen Arztbesuch, um sicherzugehen, dass der Körper für eine solche Reise fit genug ist. Im Falle des Kreuzfahrt-Fans stand dem Trip nichts im Wege, im Gegenteil: Seine Lungenfachärztin bezeugte in einem ärztlichen Attest, dass sein Gesundheitszustand genügend stabil und die Kreuzfahrt für ihn definitiv machbar sei. Dies sehr zur Freude des ehemaligen Hochsee-Skippers Wengi, dem die technischen Raffinessen der MSC Meraviglia fast so vertraut waren, wie einem Schiffsingenieur. Zu der medizinischen Vorbereitung gehörte auch die Organisation von genügend Medikamenten. Therry Wengi achtete darauf, dass sie von allem «äs bitzeli meh» einpackte – nur für den Fall. Vom Hausarzt bekam Wengi Antibiotika verschrieben, die im Notfall eingenommen werden konnten. Zeit investierten die Hundeliebhaber auch in die Planung der Anfahrt nach Arth-Goldau, wo sie um sechs Uhr morgens von der Lungenliga Schweiz mit einem Reise-Car abgeholt wurden. Da um diese frühe Uhrzeit noch kein Zug fuhr, entschieden sie sich dazu, das Auto zu nehmen. Hierbei stellte sich jedoch die Frage, wo man in Arth-Goldau parkieren konnte. Die Bedingung war, dass sich der Parkplatz in unmittelbarer Nähe des Cars befand, da Wengi aufgrund der COPD und einer zusätzlichen Verletzung an der Achillessehne keine grösseren Distanzen zurücklegen konnte.

Zwei Wochen vor Abreise entschieden sie sich kurzerhand, nach Arth-Goldau zu fahren, um die Parkplatzsituation vor Ort zu prüfen – eine Stunde Hin- und eine Stunde Rückfahrt. Doch der Aufwand lohnte sich, da es in der Nähe der Car-Parkfläche genügend Abstellplätze für Autos gab. So konnten Urs und Therry Wengi am Tag der Abreise entspannt nach Arth-Goldau fahren – ohne sich um fünf Uhr morgens den Kopf über einen Parkplatz zerbrechen zu müssen.

Anker lichten, Leinen los!

Ab Arth-Goldau brauchte es nicht mehr viel Eigenleistung, da die Lungenliga Schweiz die ganze Organisation inklusive Sauerstoffversorgung übernahm – selbst Kaffee und frische Brötchen wurden im Car serviert. Solch liebevolle Finessen machten die Reise für die Wengis zu einem einmaligen Erlebnis. Insbesondere Therry Wengi konnte sich mal richtig entspannen und zurücklehnen, da sie wusste, dass sich ihr Ehemann in guten Händen befand und ihr die Verantwortung für seine Gesundheit abgenommen wurde. An Bord der MSC Meraviglia befanden sich reichlich Sauerstoff, geschultes Pflegepersonal und ein Arzt, der die Gruppe selbst auf den Tagesausflügen begleitete. An Langeweile war gar nicht zu denken, da sie an fast



Zu den Personen

Urs und Therry Wengi sind seit 18 Jahren ein Paar, davon sieben Jahre verheiratet. Sie leben im Zürcher Unterland zusammen mit ihren Hunden Mashara und Sandokan. Urs Wengi ist ein grosser Bewunderer der Fortbewegung auf dem Wasser. Er selbst war viele Jahre als Segel- und Motorbootlehrer tätig und erfreut sich auch heute noch an Schiffsausflügen, beispielsweise im Rahmen des Kurs-Angebotes

VON LUNGE ZÜRICH:

www.lunge-zuerich.ch/kurse



jedem Landgang teilnehmen. Die üppige Ausstattung des Schiffes kosteten die beiden so richtig aus: vom Flanieren durch die Shoppingmeile über die Bespitzelung der Sportler auf der Joggingbahn bis zum Energietanken am Pool. Das heimliche Vergnügen von Urs und Therry Wengi war aber der Aufenthalt an der Boots-Reling nach einem Tagesausflug, von wo aus sie die Gäste beim Einstieg beobachteten, die aus der Distanz wie Ameisen aussahen. In stillem Einvernehmen trafen sich die Luftholtag-Gäste jeden Nachmittag in demselben Café zu einem Zvieri. Den Austausch mit anderen COPD-Betroffenen und Angehörigen schätzten sie sehr. Besondere Highlights waren für Urs Wengi das 150 Meter lange Frühstücksbuffet, das sehr wohlwollende Personal sowie die Swarovski-Wendeltreppe, welche er als «schlichte Eleganz» bezeichnete.

Der 74-Jährige schwelgt immer noch gerne in Erinnerungen an die Reise, sie tat seiner Seele gut. Sein persönlicher Tipp für COPD-Reisende ist simpel, aber effektiv: Immer sofort die Klimaanlage im Zimmer ausschalten. Denn besonders COPD-Patienten sind sehr anfällig für Erkältungskrankheiten. Aus demselben Grund sollte ein Jäckchen oder ein Pullover in die Speise- oder Aufenthaltsräume an Bord mitgenommen werden, da diese tendenziell ebenfalls klimatisiert werden.

Auch dieses Jahr würden die Wengis gerne eine Kreuzfahrt unternehmen, am liebsten über den Atlantik mit Start in Miami. Doch ob eine Flugreise in Frage kommt, muss zuerst sorgfältig abgeklärt werden.