

Buteyko-Atemtherapie kann auch bei COPD hilfreich sein

**Zur Frage „Welche alternative Therapie
kann bei COPD helfen?“ in BIO 6/11**

Die erfolgreichste Alternativ- oder Komplementär-Methode bei Asthma (und durch Asthma verursachte COPD) ist die Buteyko-Methode. Diese Selbsthilfe-Atemmethode kann den Medikamentenbedarf nach allen sechs bisher dazu durchgeführten wissenschaftlichen Studien erheblich senken und die Lebensqualität verbessern. Aufgrund ihrer nachgewiesenen Wirksamkeit wurde sie inzwischen sogar in die „Nationale Versorgungsleitlinie Asthma“ aufgenommen, an der sich in Deutschland die Asthmabehandlung orientieren soll (Träger: Bundesärztekammer Kassenärztliche Bundesvereinigung, Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften). Eine Anleitung zur Buteyko-Methode findet man in dem Buch „Leben ohne Asthma“ von Andrey Novozhilov. BIO veröffentlichte hierzu einen Artikel in Heft 5/2008. Informationen unter www.atemweite.de.

*Atemtherapeutin Dr. Silvia
Smolka aus Cremlingen*