

**MyCOPD-Challenge 2018 Vienna**  
**COPD-Patient erklimmt Stephansdom**

**Presseinformation**  
21. November 2018

myCOPD  
Challenge 2018  
**Vienna**



---

[www.mycopd-challenge.com](http://www.mycopd-challenge.com)

## Inhalt

<b>1.</b>	COPD-Patient erklimmt Stephansdom	<b>3</b>
<b>2.</b>	COPD: Risikogruppen und Prävention der heimtückischen Krankheit	<b>5</b>
<b>3.</b>	Leben mit COPD	<b>7</b>
<b>4.</b>	Monatelang trainiert: Mit 30 Prozent Lungenvolumen auf den Stephansdom	<b>9</b>
<b>5.</b>	Statements von Partnern und Unterstützern	<b>10</b>
<b>6.</b>	Pressebilder	<b>12</b>

### Beilagen:

#### USB-Stick:

- Pressemappe
- Bilder in Druckqualität

Die in diesem Text verwendeten Personen- und Berufsbezeichnungen treten der besseren Lesbarkeit halber teilweise nur in einer Form auf, sind aber natürlich gleichwertig auf beide Geschlechter bezogen.

## COPD-Patient erklimmt Stephansdom

### Mutige Aufklärungskampagne für chronisch-obstruktive Lungenkrankheit anlässlich des Welt-COPD-Tages am 21. November

**In Österreich leiden Schätzungen zufolge etwa 400.000 Menschen an COPD – europaweit 44 Millionen. Die Dunkelziffer liegt allerdings deutlich höher. Denn nur 20 Prozent der Fälle sind tatsächlich diagnostiziert. Die unheilbare Lungenkrankheit, die bis 2030 laut WHO die dritthäufigste Todesursache weltweit sein dürfte, bekommt jedoch kaum mediale Aufmerksamkeit. Ein COPD-Betroffener möchte dies nun ändern: Mit dieser ganz persönlichen Challenge.**

Die chronisch-obstruktive Lungenkrankheit (COPD) beginnt schleichend. Husten, Kurzatmigkeit, das Stufensteigen wird zunehmend zur Qual. Irgendwann wird die Erkrankung plötzlich lebensbedrohlich. Die häufigste Ursache für diese schwere Atemwegserkrankung ist Nikotinkonsum, aber auch intensiver Kontakt mit Staub und Chemikalien kann COPD auslösen. Der Wiener Eberhard Jordan war jahrelang Raucher und als Bildhauer ständig Feinstaub ausgesetzt. Kurz vor seinem 40. Lebensjahr begannen die Beschwerden: "Ich hatte zunehmend Schwierigkeiten, Luft zu bekommen. Lange Zeit habe ich mir darüber keine Gedanken gemacht", meint der 56-Jährige. "Bis ich vor vier Jahren auf der Intensivstation gelandet bin." COPD ist leider nicht heilbar. Jedoch können therapeutische Maßnahmen eine Verschlimmerung aufhalten – allen voran Bewegung.

#### Atemnot – trainieren hilft!

In der schlimmsten Krankheitsphase betrug das Lungenvolumen von Eberhard Jordan nur noch ein Viertel des Normalzustands. Um die Leistungsfähigkeit seiner Lunge zu verbessern, begann er zu trainieren. Seine Erfahrungen teilt er seit Anfang 2017 mit anderen Betroffenen öffentlich auf seinem Blog <https://mycopd-blog.com>. "Am Anfang war es hart. Nach nur 100 Metern musste ich schon eine Pause einlegen. Inzwischen habe ich wieder mehr Ausdauer und mache gerne regelmäßige Radtouren zwischen 30 und 40 Kilometer etwa auf der Donauinsel oder am Marchfeldkanal." Sein Lungenvolumen ist mittlerweile auf 37 Prozent gestiegen. Zusätzlich verbessern operativ eingesetzte Ventile seine Lungenfunktion. Nun stellt sich der bildende Künstler seiner größten Herausforderung.

#### myCOPD-Challenge soll Bewusstsein schaffen

Am Welt-COPD-Tag 2018 am 21. November will Jordan die 343 Stufen bis zur Türmerstube im Südturm des Wiener Stephansdoms bewältigen! Sein Vorhaben, das schon für viele Gesunde anstrengend und für die meisten COPD-Patienten undenkbar scheint, soll vor allem Lungenkranke motivieren, sich ähnliche Ziele zu stecken. Dafür wird er nun, von einem Reha-Team der Therme Wien Med begleitet, über einen Zeitraum von drei Monaten drei Mal pro Woche drei Stunden hart trainieren. "Damit auch andere von meinen Erfahrungen profitieren, werde ich darüber auf dem Blog <https://www.mycopd-challenge.com> berichten", so Jordan. Mit der Besteigung des Stephansdoms möchte Eberhard Jordan ein Zeichen setzen, anderen Betroffenen Mut machen und Bewusstsein für die Krankheit und ihre Folgen schaffen. Unterstützt wird die Aktion von der Therme Wien Med, der Informationsplattform "mehr-Luft" von Chiesi Pharmaceuticals, der AeroChamber-Inhalationshilfe (Vertrieb: NZ Techno GmbH) und der Dompfarre St. Stephan.

#### Inspiration und persönliche Erfolgsgeschichten aus Deutschland und Australien

Mit der richtigen Vorbereitung und Unterstützung werden große Ziele erreichbar. Das haben COPD-Patienten aus Deutschland und Australien schon bewiesen. Die unmittelbare Inspiration für die myCOPD-Challenge ist der Kölner Josef "Jupp" Brandl: Er hat COPD 4 und benötigt rund um die Uhr zusätzlichen Sauerstoff. Trotzdem hat es der 62-Jährige im Mai 2015 geschafft, den Kölner Dom zu erklimmen. Eine weitere Erfolgsgeschichte schreibt der Australier Russel Winwood, der trotz COPD als Triathlet aktiv ist. "Im besten Fall gibt es 2019 eine Neuauflage der Challenge, am liebsten mit vielen Nachahmern im ganzen Land, die sich ihrer persönlichen COPD-Challenge stellen", so Eberhard Jordan: "An Türmen mangelt es bestimmt nicht."

#### Weiterführende Links

<https://www.mycopd-challenge.com> – Website und Blog über Aktion anlässlich des Welt-COPD-Tages

<https://mycopd-blog.com> – Eberhard Jordans Erfahrungsberichte und Plattform für COPD-Patienten

---

Hennrich.PR – Agentur für Gesundheit & Kommunikation

1140 Wien, Bergmillergasse 6/35

Tel. 01/879 99 07, [office@hennrich-pr.at](mailto:office@hennrich-pr.at)

[www.hennrich-pr.at](http://www.hennrich-pr.at)

<https://www.jupp-brandl.de> – Jupp Brandl bestieg den Kölner Dom  
<https://copdathlete.com> – Russell Winwood, australischer Triathlet trotz COPD

**Partner & Unterstützer**

<https://www.thermewienmed.at> – Rehabilitation und Training in der Therme Wien Med  
<https://mehr-luft.at> – Tipps und Unterstützung für Betroffene von Lungenkrankheiten (Chiesi Pharmaceuticals)  
<http://www.aerochamber.at> – sichere und optimale Inhalationshilfe – AeroChamber-Vertrieb: NZ Techno  
<http://www.dompfarre.info> – Dompfarre St. Stephan  
<https://www.pulmonx.com> – Zephyr®-Ventile: PulmonX  
<https://www.wig.or.at> – Wiener Gesundheitsförderung

Diese Aktion ist Teil des "world copd day's 2018": <https://goldcopd.org>

Presseinformation August 2018

## **COPD: Risikogruppen und Prävention der heimtückischen Krankheit**

### **Rauchen ist Ursache Nr. 1! Nur jede 5. COPD-Erkrankung ist berufsbedingt**

**Husten? Auswurf? Kurzatmigkeit? Die Lungenkrankheit COPD beginnt schleichend und wird meist viel zu spät diagnostiziert. In der „Top-10-Liste“ der tödlich verlaufenden Erkrankungen ist sie die einzige, deren Häufigkeit aktuell weiter zunimmt. Dennoch ist diese heimtückische Atemwegserkrankung kaum bekannt. Mit seiner MyCOPD-Challenge möchte der betroffene Künstler, Eberhard Jordan, auf die schwerwiegenden Folgen, aber auch auf Präventionsmaßnahmen sowie Therapiemöglichkeiten aufmerksam machen.**

COPD-Patient Eberhard Jordan ist einer von mindestens 400.000 Betroffenen in Österreich. Als ehemaliger Raucher gehört der 56-jährige COPD-Patient, Blogger und bildnerisch tätige Künstler, diagnostiziert seit 2004, der Risikogruppe Nummer eins an. Dennoch muss er sich eingestehen: "Ich habe meine Symptome viel zu lange ignoriert." Um Aufmerksamkeit zu schaffen und Betroffenen Mut zu machen, schreibt er in seinem Blog mit großer Offenheit über seine Erkrankung (<https://mycopd-blog.com>) und engagiert sich aktuell in einer Kampagne für COPD. Dafür wird er am 21. November 2018, dem Welt-COPD-Tag, im Rahmen einer persönlichen Challenge den Südturm des Wiener Stephansdom erklimmen (<https://www.mycopd-challenge.com>): "Ich möchte, dass so viele Menschen wie möglich auf die Krankheit aufmerksam werden. Denn Schätzungen zufolge sind in Österreich 40 Prozent der Betroffenen nicht diagnostiziert und erhalten daher auch keinerlei Therapien." Dabei könnte durch eine Früherkennung viel Leid verhindert werden.

#### **Risikofaktoren meiden: Bitte das Rauchen einstellen!**

Risikofaktor Nummer eins ist unbestritten das Rauchen. "Die sukzessive Ablagerung von Teerpartikeln und Kondensaten aus dem Tabakrauch fördert die Entwicklung chronischer Entzündungen", erklärt Prim. Dr. Gert Wurzing, Facharzt für Lungenkrankheiten und Arzt für Allgemeinmedizin in Graz. Über 80 Prozent der COPD-Betroffenen sind (ehemalige) RaucherInnen – ein Grund mehr, mit dem Rauchen aufzuhören und ein generelles Rauchverbot in der Gastronomie einzuführen. Das Volksbegehren von [dontsmoke.at](http://dontsmoke.at) findet übrigens von 1. bis 8. Oktober statt.

#### **Erhöhte Belastung durch Feinstaub, Gase und Dämpfe**

Jede fünfte COPD-Erkrankung steht im Zusammenhang mit dem Arbeitsplatz. Vor allem jene Berufsgruppen, die mit Gasen, Dämpfen oder Staub hantieren, sind einem erhöhten Risiko ausgesetzt. In vielen Branchen gibt es dennoch zu wenig Risikobewusstsein – etwa in Bäckereien, Malerbetrieben oder in der Landwirtschaft. "Hier ist die Politik am Zug, endlich ausreichende Schutzbestimmungen einzuführen", fordert Eberhard Jordan. Verschmutzte Stadtluft, Feinstaub und Ozon könnten ebenfalls Lungenkrankheiten auslösen oder verstärken.

#### **Genetische bedingte Faktoren sind selten**

Natürlich spielen auch körperliche Voraussetzungen, die mit genetischen Veranlagungen in Zusammenhang stehen, eine Rolle. Ein gut erforschtes Beispiel ist der angeborene Alpha-1-Antitrypsin-Mangel, von dem aber nur ca. 0,2 Promille der Bevölkerung betroffen sind. Der Mangel dieses Enzyms beeinträchtigt die Lungensubstanz und erhöht das Risiko, an COPD zu erkranken.

#### **Durch Bewegung COPD vorbeugen**

Regelmäßiges Training – vor allem der Lunge – ist die einfachste und wichtigste Maßnahme, den Auswirkungen einer COPD-Erkrankung entgegenzuwirken. Doch gerade diese Maßnahme fällt vielen COPD-Betroffenen zunehmend schwer. Ein fataler Teufelskreis. Auch Eberhard Jordan hatte zuvor kaum Bewegung gemacht. Nun trainiert er drei Mal pro Woche drei Stunden zusätzlich für seine MyCOPD-Challenge begleitet von einem Reha-Team der Therme Wien Med. Und auch regelmäßige Radtouren zählen trotz COPD zu seinen Lieblingsbeschäftigungen. Wie und wo verrät er in seinen Blogs.

#### **Früherkennung und Diagnose**

Wer anhaltende Symptome wie Husten, Atemnot und Auswurf beobachtet, sollte unbedingt einen Lungenfacharzt aufsuchen. Das verlässlichste Diagnosemittel ist die Lungenfunktionsprüfung (Spirometrie). "Die Durchführung ist einfach und schmerzlos. Sie gibt Aufschluss über eventuell vorhandene Einschränkungen

und erlaubt eine Bestimmung des COPD-Schweregrads sowie eine Abgrenzung gegenüber anderen Krankheiten", weiß Dr. Elisabeth Czuchajda, Fachärztin für Innere Medizin in Wien. Der Lungenfunktionstest ist auch im Rahmen der einmal jährlich kostenlosen Gesundenuntersuchung möglich. Die Kosten dafür übernimmt die Krankenkasse. "Gehen Sie zum Arzt und lassen Sie sich testen", rät Eberhard Jordan.

#### Weiterführende Links

<https://www.mycopd-challenge.com> – Website und Blog über Aktion anlässlich des Welt-COPD-Tages

<https://mycopd-blog.com> – Eberhard Jordans Erfahrungsberichte und Plattform für COPD-Patienten

#### Partner & Unterstützer

<https://www.thermewienmed.at> – Rehabilitation und Training in der Therme Wien Med

<https://mehr-luft.at> – Tipps und Unterstützung für Betroffene von Lungenkrankheiten (Chiesi Pharmaceuticals)

<http://www.aerochamber.at> – sichere und optimale Inhalationshilfe – AeroChamber-Vertrieb: NZ Techno

<http://www.dompfarre.info> – Dompfarre St. Stephan

<https://www.pulmonx.com> – Zephyr®-Ventile: PulmonX

<https://www.wig.or.at> – Wiener Gesundheitsförderung

Diese Aktion ist Teil des "world copd day's 2018": <https://goldcopd.org>

<https://www.gesundheit.gv.at/leben/gesundheitsvorsorge/vorsorgeuntersuchung/was-wird-gemacht> – Informationsseite des Bundesministeriums für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Konsumentenschutz

Presseinformation September 2018

## Leben mit COPD

### Vom Husten zur chronischen Lungenkrankheit

**Husten klingt nach einem harmlosen Erkältungssymptom, ist jedoch auch ein Symptom der COPD. Diese chronisch obstruktive Lungenerkrankung ist unheilbar und verschlimmert sich laufend, wenn sie nicht richtig behandelt wird. Der Wiener Bildhauer Eberhard Jordan gibt Einblicke in seinen Alltag mit COPD, der für viele Betroffene - und deren Angehörige und Freunde - eine große Herausforderung bedeutet.**

Mit seinem Blog myCOPD-Blog (<http://www.mycopd-blog.com>) setzt sich der Wiener Bildhauer Eberhard Jordan (56) seit Jahren dafür ein, dass COPD in der Öffentlichkeit mehr Aufmerksamkeit erhält. Und am 21. November 2018 beabsichtigt er - trotz seiner Erkrankung - seine persönliche myCOPD-Challenge, die 343 Stufen auf den Wiener Stephansdom, zu bewältigen.

#### Durch einen Strohhalm atmen

Schon einmal versucht, wenigstens eine Minute durch einen Strohhalm ein- und auszuatmen? "Eine Minute ist ja schön und gut - als COPD-Patient lebst du damit aber 24 Stunden am Tag. Manchmal etwas besser, manchmal schlechter, aber mit einem Lungenvolumen von vielleicht 40% oder 30% verändert sich das gesamte Leben radikal", hat Eberhard Jordan am eigenen Leib gespürt.

#### Herausforderung Alltag - Atemnot sogar bei einfachen Tätigkeiten

Durch die Schädigung der Lunge fällt das Atmen schwerer und der Körper erhält dauerhaft nur unzureichend Sauerstoff. Der Heimweg vom Supermarkt mit vollgepackten Einkaufstaschen wird trotz mehrerer Zwischenstopps zu einer Tortur. Und selbst bei ganz einfachen Tätigkeiten wie duschen, kochen, Staub saugen oder Blumen gießen kann plötzlich Atemnot eintreten.

Besondere Vorsicht gilt in der Erkältungszeit! Denn der geschwächte Körper ist besonders anfällig für Infektionen. Deswegen ist für COPD-Patienten die jährliche Grippeimpfung absolute Pflicht.

#### Leben mit der Angst

Viele Betroffene leben in ständiger Angst vor einer sogenannten Exazerbation, einem Anfall akuter Atemnot, der in Belastungs- oder Stresssituationen überraschend auftritt. Aufgrund der Erstickungsgefahr geht dies oft mit Panikattacken einher und kann lebensbedrohliche Ausmaße annehmen. Um für den Fall der Fälle gerüstet zu sein, haben viele COPD-Betroffene ein medizinisches Notfallpaket bei sich, das immer griffbereit sein sollte.

#### Bis zum totalen Rückzug

Auch das soziale Leben ist eingeschränkt. Fällt etwa das Wort "Spaziergang", schrillen die Alarmglocken. "Die Lungenkrankheit sieht man einem ja nicht an, und selbst wenn die anderen Bescheid wissen, sind das langsame Tempo und die häufigen Verschnaufpausen auf Dauer lästig. Da bleiben viele lieber gleich daheim", so Jordan. Das Vermeiden von Aktivität schwächt die körperliche Leistungsfähigkeit aber nur noch mehr. So geraten viele COPD-Betroffene in einen Teufelskreis, der mitunter zu einem totalen Rückzug führt.

#### Der Wert der kleinen Dinge

Solche oft ganz einfachen Dinge für immer zu verlieren, ist das Schlimmste. "Ich werde wohl nie mehr über eine Wiese laufen können. Oder mit meinem Enkerl Ball spielen", bedauert Eberhard Jordan. "Aber ich darf nicht resignieren. Jeder Betroffene kann sich neue persönliche Ziele setzen und neue Aktivitäten suchen, die Spaß machen."

#### Welche Möglichkeiten die Medizin bietet

Die Schädigung der Lunge durch COPD ist irreversibel. Jedoch gibt es einige Medikamente, die Beschwerden lindern: atemwegserweiternde oder entzündungshemmende Wirkstoffe, die zumeist inhaliert werden. Erleichterung bringen kann auch eine Ventilimplantation. Hierbei werden Einwegventile eingesetzt, die verhindern, dass Atemluft in die geschädigten Teile der Lunge gelangt. Hierfür muss der Patient aber einige Voraussetzungen erfüllen: "Es gibt Nebenwirkungen, über die wir mit den Patienten offen sprechen und, die wir mit adäquater Therapie gut in den Griff bekommen. Und die Ventile haben den großen Vorteil, dass sie im

Gegensatz zu vielen anderen Eingriffen reversibel sind. Sollten sie zu Problemen führen, können sie in wenigen Minuten wieder entfernt werden", erklärt Priv.-Doz. Dr. Arschang Valipour, Lungenfacharzt und ärztlicher Leiter der Bronchiologie im Otto-Wagner-Spital. Bei Eberhard Jordan hat der Eingriff gut geklappt. "Durch die Ventile hat sich mein Lungenvolumen und damit die Sauerstoffsättigung um einige Prozente verbessert. Es fiel mir sofort leichter, mein Leben wieder aktiver zu gestalten", so Jordan.

#### **Reha als Start in ein besseres Leben mit COPD**

Eine wertvolle Hilfestellung für alle COPD-Betroffene ist die medizinische Rehabilitation. Dafür stehen stationäre Aufenthalte, meist an Luftkurorten, oder ambulante Varianten zur Verfügung - in Wien etwa in der Therme Wien Med in Oberlaa. Die Betroffenen erleben, wie unentbehrlich Bewegung im Alltag fürs Wohlbefinden ist. "Tägliches Atemtraining und wenigstens zweimal wöchentlich gezielt Bewegung machen, das ist das Mindeste," rät Eberhard Jordan: "So wird der Krankheitsverlauf durch persönlichen Einsatz sehr positiv beeinflusst."

#### **Vorbilder zeigen, was möglich ist**

Diese Disziplin und Anstrengung über Jahre hinweg aufrechtzuerhalten, ist alles andere als einfach. Vorbilder können dabei als Inspiration ein echter Ansporn sein. An diesem Ziel arbeitet der 56-jährige Wiener seitdem jeden Tag, mit Erfolg. Mit seiner myCOPD-Challenge (<http://www.mycopd-challenge.com>) möchte er auch andere dazu inspirieren.

#### **Weiterführende Links**

<https://www.mycopd-challenge.com> - Website und Blog zur Aktion von Eberhard Jordan anlässlich des Welt-COPD-Tages

<https://mycopd-blog.com> - Eberhard Jordans Erfahrungsberichte und Plattform für COPD-Patienten

<https://www.jupp-brandl.de> - Jupp Brandl bestieg den Kölner Dom

<https://copdathlete.com> - Russell Winwood: Triathlon und Marathon trotz COPD

#### **Partner & Unterstützer**

<https://www.thermewienmed.at> – Rehabilitation und Training in der Therme Wien Med

<https://mehr-luft.at> – Tipps und Unterstützung für Betroffene von Lungenkrankheiten (Chiesi Pharmaceuticals)

<http://www.aerochamber.at> – sichere und optimale Inhalationshilfe – AeroChamber-Vertrieb: NZ Techno

<http://www.dompfarre.info> – Dompfarre St. Stephan

<https://www.pulmonx.com> – Zephyr®-Ventile: PulmonX

<https://www.wig.or.at> – Wiener Gesundheitsförderung

Diese Aktion ist Teil des "world copd day's 2018": <https://goldcopd.org>

Presseinformation November 2018



## Monatlang trainiert: Mit 30 Prozent Lungenvolumen auf den Stephansdom

### 56-jähriger COPD-Patient will anlässlich des Welt-COPD-Tages am 21. November ein Zeichen setzen

Europaweit sind 44 Millionen Menschen mit COPD diagnostiziert. Die Dunkelziffer liegt allerdings deutlich höher. Bis 2030 wird COPD laut WHO die dritthäufigste Todesursache weltweit sein. Trotzdem bekommt die unheilbare Lungenkrankheit kaum öffentliche Aufmerksamkeit. Um das zu ändern, stellt sich der Wiener Eberhard Jordan seiner ganz persönlichen Challenge.

Nach fast vier Monaten gezieltem Aufbautraining rückt für Eberhard Jordan der entscheidende Tag immer näher: seine geplante Besteigung des Stephansdoms am Welt-COPD-Tag, dem 21. November. Das Vorhaben ist schon für viele Gesunde anstrengend, für die meisten COPD-Patienten ein undenkbares Wagnis. Für den 56-jährigen Wiener mit einem Lungenvolumen von knapp 30 Prozent werden die 343 Stufen hinauf zur Türmerstube im Südturm des Doms eine der größten Herausforderungen seines Lebens.

Eberhard Jordan fühlt sich für seine Verhältnisse fit und gesund, die Vorbereitung, in die er auf <https://www.mycopd-challenge.com> laufend Einblicke gibt, ist gut gelaufen. Kleinere Rückschläge wie eine Erkältung, die ihn zwei Wochen außer Gefecht setzte und seinen Trainingsplan durcheinanderbrachte, konnten ihn nicht bremsen. Der Erfolg ist dennoch alles andere als gewiss, Stiegensteigen ist für einen COPD-Patienten eine hohe Belastung. Und selbst das Wetter kann Jordan noch einen Strich durch die Rechnung machen: „Wenn es bis 21. November doch noch richtig kalt wird, erschwert das das Atmen zusätzlich“, weiß Eberhard Jordan.

Zur Sicherheit ist ein Team aus Ärzten und Therapeuten mit dabei, wenn Jordan um 10 Uhr Vormittag mit seinem Aufstieg startet. Auch ein Wagen des Roten Kreuzes steht bereit. „Aber mein Therapeut sagt, ich schaffe das. Und das möchte ich ihm gerne glauben. Von ihm habe ich das Wichtigste gelernt“, sagt der 56-jährige Künstler. „Nämlich, mir wirklich Zeit zu lassen, es so langsam wie möglich anzugehen. Das zu lernen, ist mir nicht leichtgefallen.“

Bei seinem Aufstieg begleiten ihn neben Familie und Freunden auch der „Gastgeber“ Dompfarrer Toni Faber, der Extremsportler und „Moneymaker“ Alexander Rüdiger sowie Doz. Dr. Arshang Valipour, ärztlicher Leiter der Bronchiologie des Otto-Wagner-Spitals.

Allein in Österreich sind derzeit ca. 400.000 Menschen (diagnostiziert) von der Lungenkrankheit betroffen. Die Dunkelziffer liegt wesentlich höher. Mit der Besteigung des Stephansdoms möchte Eberhard Jordan deshalb ein Zeichen setzen, anderen Betroffenen Mut machen und Bewusstsein für die Krankheit und ihre Folgen schaffen. „Ich freue mich über jede Unterstützung – bitte weiter erzählen!“ Denn aus eigener Erfahrung weiß er: „Die Betroffenen brauchen neben der medizinischen Hilfe vor allem Inspiration und Motivation. Dann kann man auch mit COPD ein aktives Leben führen.“

#### Weiterführende Links

<https://www.mycopd-challenge.com> - Website und Blog zur Aktion von Eberhard Jordan anlässlich des Welt-COPD-Tages

<https://mycopd-blog.com> - Eberhard Jordans Erfahrungsberichte und Plattform für COPD-Patienten

<https://www.jupp-brandl.de> - Jupp Brandl bestieg den Kölner Dom

<https://copdathlete.com> - Russell Winwood: Triathlon und Marathon trotz COPD

#### Partner & Unterstützer

<https://www.thermewienmed.at> – Rehabilitation und Training in der Therme Wien Med

<https://mehr-luft.at> – Tipps und Unterstützung für Betroffene von Lungenkrankheiten (Chiesi Pharmaceuticals)

<http://www.aerochamber.at> – sichere und optimale Inhalationshilfe – AeroChamber-Vertrieb: NZ Techno

<http://www.dompfarre.info> – Dompfarre St. Stephan

<https://www.pulmonx.com> – Zephyr®-Ventile: PulmonX

<https://www.wig.or.at> – Wiener Gesundheitsförderung

Diese Aktion ist Teil des "world copd day's 2018": <https://goldcopd.org>

Kontakt: **Eberhard Jordan**: Tel. 0664/420 78 81, E-Mail: [info@eberhardjordan.at](mailto:info@eberhardjordan.at)

---

Hennrich.PR – Agentur für Gesundheit & Kommunikation

1140 Wien, Bergmillergasse 6/35

Tel. 01/879 99 07, [office@hennrich-pr.at](mailto:office@hennrich-pr.at)

[www.hennrich-pr.at](http://www.hennrich-pr.at)

## Statements von Partnern und Unterstützern



„Wir unterstützen das Projekt, weil wir Menschen mit Lungenerkrankungen durch unsere langjährige Erfahrung helfen können. Herr Jordan hat eine schwere COPD, dies stellt eine besondere Herausforderung dar. Wie wir das bei allen unseren Patienten machen, definieren wir ein konkretes Ziel, welches wir gemeinsam mit ihm erreichen wollen. Dieses besondere Projekt könnte das Bewusstsein für die sehr häufig unentdeckte Erkrankung COPD steigern, deshalb wurde der Welt-COPD-Tag gewählt. Weiters kann das Engagement von Herrn Jordan andere Menschen mit Lungenerkrankungen inspirieren. Rehabilitation und anschließendes regelmäßiges Training verbessern den Zustand Lungenkranker ganzheitlich und machen derart außergewöhnliche Leistungen möglich, dies könnte ins Bewusstsein von Patienten und Ärzten rücken.“

Dr Ralf Harun Zwick

Ärztlicher Leiter

Ambulante Pneumologische Rehabilitation

Therme Wien Med

## MEHR LUFT

• MEHR-LUFT.AT

Powered by  Chiesi •

Warum unterstützt Chiesi das Projekt myCOPD-Challenge?

„Besonders entscheidend für den Therapieerfolg ist das Mitwirken des Patienten. Um aktiv am Leben teilhaben zu können und den Alltag zu meistern, sind begleitend zur medikamentösen Therapie auch spezielle Atemübungen bzw. Lungensport und moderate körperliche Betätigung wesentliche Faktoren. Der Körper kann dadurch entlastet und die Lunge fit gehalten werden. Eine Initiative wie die myCOPD-Challenge zeigt auf, welche Herausforderungen auch mit einer schweren COPD durch gezieltes Training erreicht werden können. Chiesi erforscht, entwickelt und vermarktet innovative Therapien unter anderem im Bereich der Lungenheilkunde und unterstützt dieses Projekt, um auf die Bewegung als entscheidenden Therapiefaktor in der COPD neben einer entsprechenden medikamentösen Therapie hinzuweisen.“

Dr. Christian Woergetter, Chiesi Pharmaceuticals GmbH



Anti-Static Valved Holding Chamber

myCOPD-Challenge - „...pole pole...“ \*

Wir unterstützen Herrn Jordan bei seinem Aufstieg auf den „Steffl“, weil wir überzeugt sind, dass er mit dieser Aktion viel mehr Aufmerksamkeit für diese Krankheit erzeugt, als es traditionelle Kommunikations-Methoden schaffen. Darüber hinaus motiviert er andere COPD Patienten zu einem aktiven Lebensstil und mehr Bewegung. Dass Herr Jordan bei diesem Aufstieg die Doppelrolle des Regisseurs und des Hauptdarsteller übernimmt, fasziniert und besonders.

\* „...pole, pole...“

mit dieser Afrikanischen Redensart („... langsam, langsam...“ ) werden unter anderem Touristen zu einem besonders langsamen Aufstieg auf den Kilimandjaro angehalten. Dieses Motto geben wir Herrn Jordan mit auf den Weg und wünschen ihm alle Gute!

Mag. Niklas de Maré

NZ Techno Handels GmbH



„Ein Lungenemphysem kann das Leben bestimmen! Umso wichtiger ist es durch Aktionen wie der MyCOPD-Challenge die Aufmerksamkeit für die Krankheit zu erhöhen. Viele Erkrankte wissen noch zu wenig – auch über die Behandlungsmöglichkeiten wie z.B. der Lungenvolumenreduktion mit Zephyr®-Ventilen für Patienten im fortgeschrittenem Stadium.“

Florian Wagner

Area Sales Manager

PulmonX



„Eines der zentralen Anliegen der Wiener Gesundheitsförderung ist es, allen Wienerinnen und Wienern ein hohes Maß an Selbstbestimmung über die eigene Gesundheit zu ermöglichen. Deswegen unterstützen wir Menschen mit chronischen Erkrankungen oder mit Behinderung – bei Aktionen wie der heutigen myCOPD-Challenge oder über die Angebote der Selbsthilfe-Unterstützungsstelle SUS Wien.“

Dennis Beck

Geschäftsführer Wiener Gesundheitsförderung

**Pressebilder:** Eberhard Jordan – Copyrights: Inka S



Mit freundlicher Unterstützung von:



MyCOPD-Challenge steht unter der Schirmherrschaft des KAV

