

## Zusatzmaterial

## Supplement Tabelle S1a: Lange Version des Wissensfragebogens

Visuelle Analogskala zum Krankheitswissen

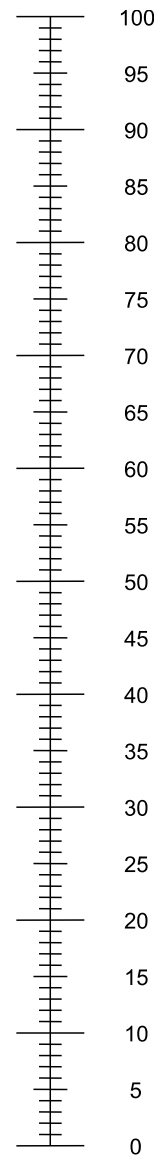
## Einschätzung des Krankheitswissens

Bitte schätzen Sie auf der folgenden Linie Ihr Wissen über Ihre Krankheit ein.

Die Skala geht von Null bis 100. Null bedeutet gar kein Wissen über die Krankheit, 100 bedeutet sehr viel Wissen über die Krankheit.

Bitte setzen Sie ein Kreuz an der Stelle, die Ihrer Einschätzung Ihres Krankheitswissens entspricht.

Sehr viel Wissen über die Krankheit



Gar kein Wissen über die Krankheit

## Zusatzmaterial

<b>Allgemeines Krankheitswissen</b>	<b>Richtig</b>	<b>Falsch</b>	<b>Weiß nicht</b>
1. Die COPD wird abhängig von der Lungenfunktion in die Schweregrade 1 bis 4 eingeteilt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Die COPD hat zwei Hauptformen: die chronisch obstruktive Bronchitis (dauerhafte Verengung der Atemwege) und das Lungenemphysem (Verlust von Lungenbläschen). Diese beiden Erkrankungsformen schließen sich gegenseitig aus.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Die Lungenüberblähung nimmt zu, wenn man stärker atmet, z.B. bei körperlicher Anstrengung.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Die häufigsten Begleiterkrankungen betreffen das Herz- und Kreislaufsystem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. COPD-Patienten haben ein höheres Risiko, Lungenkrebs zu entwickeln, als Gesunde.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Medikamentöse Therapie</b>	<b>Richtig</b>	<b>Falsch</b>	<b>Weiß nicht</b>
6. Nach Auslösen des Inhalationsgerätes sollte man möglichst tief einatmen und den Atem einige Zeit anhalten.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Bronchialerweiternde Medikamente (Bronchienerweiterer) steigern die körperliche Belastbarkeit.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Bronchialerweiternde Medikamente (Bronchienerweiterer) verringern die Überblähung der Lunge.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Kurzwirksame Bronchienerweiterer wirken ca. 4-6 Stunden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Langwirksame Bronchienerweiterer wirken 12 Stunden oder mehr.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Orale Kortisonpräparate (Kortisontabletten) sind bei der Behandlung von akuten Verschlechterungen sinnvoll.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Atemtechniken</b>	<b>Richtig</b>	<b>Falsch</b>	<b>Weiß nicht</b>
12. Für die Lippenbremse muss ich durch fast geschlossene Lippen ausatmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Das Abstützen auf den Knien kann das Atmen erleichtern.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Zusatzmaterial

<b>Exazerbationen</b>			
Zur Erklärung: Bei Exazerbationen handelt es sich um eine relativ plötzlich auftretende stärkere Verengung der Bronchien. Das führt zu mehr Atemnot und anderen Symptomen, wie z.B. vermehrtem Auswurf oder schlechterer Belastbarkeit.			
14. Exazerbationen werden häufig durch Infekte ausgelöst.	<b>Richtig</b> <input type="checkbox"/>	<b>Falsch</b> <input type="checkbox"/>	<b>Weiß nicht</b> <input type="checkbox"/>
15. Leichtgradige (nicht besonders schlimme) Exazerbationen können durch die vermehrte Inhalation von kurzwirksamen Bronchienerweiterern selbst behandelt werden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Wenn man die akute Verschlechterung zunächst nicht in den Griff bekommt, sollte man immer mehr Bronchienerweiterer nehmen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Prävention</b>	<b>Richtig</b>	<b>Falsch</b>	<b>Weiß nicht</b>
17. Die zusätzliche Impfung gegen Lungenentzündung (Pneumokokken) ist bei der COPD besonders wichtig.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Zusatzmaterial

## Supplement Tabelle S1b: Lange Version des Umgangsfragebogens

Visuelle Analogskala zum Umgang mit der Erkrankung

## Einschätzung des Selbstmanagements

Bitte schätzen Sie auf der Linie ein, wie gut Sie mit Ihrer Krankheit umgehen können.

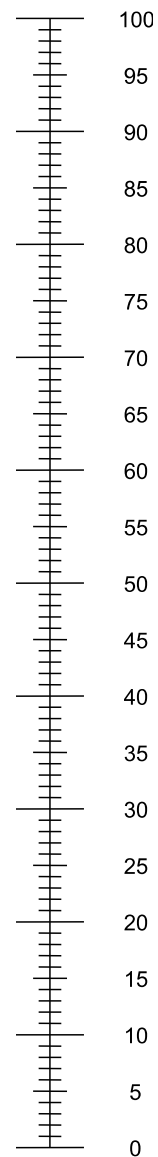
Die Skala geht von Null bis 100.

Null bedeutet, dass Sie die Krankheit schlecht „im Griff haben“ beziehungsweise gar nicht gut mit Ihrer Krankheit umgehen können,

100 bedeutet, dass Sie Ihre Krankheit sehr gut „im Griff haben“ beziehungsweise Sie sehr gut damit umgehen können.

Bitte setzen Sie ein Kreuz an der Stelle, die Ihrer Einschätzung Ihres Selbstmanagements entspricht.

Sehr gutes  
Selbstmanagement



Sehr schlechtes oder gar  
kein Selbstmanagement

## Zusatzmaterial

Allgemeines Empfinden	Trifft voll zu	Trifft eher zu	Trifft eher nicht zu	Trifft gar nicht zu
1. Ich bin optimistisch.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ich denke manchmal, dass ich eine Last für meine Familie und andere Menschen bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich kann mein Alltagsleben bewältigen, ohne auf die Hilfe anderer angewiesen zu sein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. In Anbetracht meiner Erkrankung und meines Alters kann ich eigentlich mit meinem Zustand zufrieden sein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Ich empfinde meine COPD-Erkrankung als so ausgeprägt, dass sie mein Leben dominiert.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Wie oft fühlten Sie sich im Verlauf der letzten zwei Wochen durch die folgenden Beschwerden beeinträchtigt?	Überhaupt nicht	An einzelnen Tagen	An mehr als der Hälfte der Tage	Beinahe jeden Tag
6. Schwierigkeiten ein- oder durchzuschlafen, oder vermehrter Schlaf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Müdigkeit oder das Gefühl, keine Energie zu haben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Medikamente und Atemtechnik	Trifft voll zu	Trifft eher zu	Trifft eher nicht zu	Trifft gar nicht zu
8. Wenn es mir schlechter geht, nehme ich zuerst einmal meinen kurzwirksamen Bronchienerweiterer häufiger.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Wenn ich ein neues Inhalationsgerät erhalte, lasse ich mir zeigen, wie ich es benutzen muss.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Ich wende atemerleichternde Körperhaltungen an.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Zusatzmaterial

<b>Exazerbationen</b>				
Zur Erklärung: Bei Exazerbationen handelt es sich um eine relativ plötzlich auftretende stärkere Verengung der Bronchien. Das führt zu mehr Atemnot und anderen Symptomen, wie z.B. vermehrtem Auswurf oder schlechterer Belastbarkeit.				
11. Es fällt mir schwer, beginnende Verschlechterungen (Exazerbationen) an vermehrten Symptomen zu erkennen.	<b>Trifft voll zu</b>	<b>Trifft eher zu</b>	<b>Trifft eher nicht zu</b>	<b>Trifft gar nicht zu</b>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. Es fällt mir schwer, zu erkennen, wann ich bei einer Verschlechterung den Arzt aufsuchen muss.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bitte beantworten Sie die folgenden beiden Fragen nur, wenn Sie bereits eine Exazerbation gehabt haben.				
13. Ich war bisher auf Exazerbationen sehr gut vorbereitet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. In der Vergangenheit habe ich meine Erkrankung, vor allem Exazerbationen, manchmal falsch eingeschätzt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Prävention</b>	<b>Trifft voll zu</b>	<b>Trifft eher zu</b>	<b>Trifft eher nicht zu</b>	<b>Trifft gar nicht zu</b>
15. Ich lasse mich jedes Jahr gegen Grippe impfen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Ich achte auf eine regelmäßige Impfung gegen Lungenentzündung (Pneumokokken).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Körperliche Aktivität</b>	<b>Trifft voll zu</b>	<b>Trifft eher zu</b>	<b>Trifft eher nicht zu</b>	<b>Trifft gar nicht zu</b>
17. Meine COPD schränkt mich im Alltag häufig sehr ein.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Ich achte darauf, dass ich regelmäßig körperlich aktiv bin.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Bei körperlicher Belastung ist für mich die Atemnot ein begrenzender Faktor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Bei körperlicher Belastung ist für mich die muskuläre Erschöpfung ein begrenzender Faktor.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## Zusatzmaterial

Rauchen aufhören		
21. Rauchen Sie oder haben Sie schon einmal geraucht?	<b>Ja</b> <input type="checkbox"/>	<b>Nein</b> <input type="checkbox"/>
22. Haben Sie mit dem Rauchen aufgehört? Bitte kreuzen Sie die auf Sie zutreffende Möglichkeit an. (Bitte kreuzen Sie nur etwas an, wenn Sie Raucher sind oder waren.)		
<input type="checkbox"/> Ich habe mit dem Rauchen definitiv aufgehört.		
<input type="checkbox"/> Ich versuche zurzeit, mit dem Rauchen aufzuhören.		
<input type="checkbox"/> Ich möchte im Moment nicht mit dem Rauchen aufhören.		

Informationen und Schulungen	Trifft voll zu	Trifft eher zu	Trifft eher nicht zu	Trifft gar nicht zu
23. Ich hole mir zusätzliche Informationen aus anderen Quellen als meinem behandelnden Arzt, z.B. dem Internet, Austausch mit anderen Patienten, Zeitschriften oder Ähnlichem.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Wenn ich in anderen Informationsquellen widersprüchliche Informationen finde, frage ich meinen behandelnden Arzt, was ich davon halten soll.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. Ich habe an Schulungen zu meiner Erkrankung teilgenommen bzw. nehme teil.	<b>Mehrmals</b> <input type="checkbox"/>	<b>Einmal</b> <input type="checkbox"/>	<b>Nie</b> <input type="checkbox"/>	

## Zusatzmaterial

Tabelle Supplement S2: Kurze Version des Wissensfragebogens

Wissensfragen	Richtig	Falsch	Weiß nicht
1. Kurzwirksame Bronchienerweiterer wirken ca. 4-6 Stunden.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Langwirksame Bronchienerweiterer wirken 12 Stunden oder mehr.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Orale Kortisonpräparate (Kortisontabletten) sind bei der Behandlung von akuten Verschlechterungen sinnvoll.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Das Abstützen auf den Knien kann das Atmen erleichtern.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Exazerbationen werden häufig durch Infekte ausgelöst. <i>(Zur Erklärung: Bei Exazerbationen handelt es sich um eine relativ plötzlich auftretende stärkere Verengung der Bronchien. Das führt zu mehr Atemnot und anderen Symptomen, wie z.B. vermehrtem Auswurf oder schlechterer Belastbarkeit)</i>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Tabelle Supplement S3: Kurze Version des Umgangsfragebogens

Fragen zum Umgang mit der Erkrankung	Trifft voll zu	Trifft eher zu	Trifft eher nicht zu	Trifft gar nicht zu
1. Ich war bisher auf Exazerbationen sehr gut vorbereitet.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ich achte auf eine regelmäßige Impfung gegen Lungenentzündung (Pneumokokken).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Ich hole mir zusätzliche Informationen aus anderen Quellen als meinem behandelnden Arzt, z.B. dem Internet, Austausch mit anderen Patienten, Zeitschriften oder Ähnlichem ).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>