

PRESSEMITTEILUNG

29.09.2026

Virtueller Trainingsraum der DGD Lungenklinik Hemer: Therapie, die Patienten auch zu Hause begleitet

Hemer. Die Krankenhauswelt verändert sich. Aufenthalte werden kürzer, Untersuchungen und Therapien finden zunehmend ambulant statt. Damit gewinnt auch die Unterstützung der Patientinnen und Patienten außerhalb der direkten Kontakte mit dem medizinischen und therapeutischen Team an Bedeutung.

Die DGD Lungenklinik Hemer reagiert auf diese Entwicklung mit einem neuen digitalen Angebot: dem virtuellen Trainingsraum als Onlineportal auf der Homepage der Lungenklinik. Patientinnen und Patienten finden dort verständliche Informationen, praktische Übungen und therapeutische Inhalte, die sie vor und nach ihrem Klinikaufenthalt zu Hause nutzen können.

Übungen für den Alltag

Im virtuellen Trainingsraum stehen unter anderem Mobilisationsübungen, Atemübungen und verschiedene Übungsreihen sowie Anleitungsvideos zur Verfügung. Das Angebot richtet sich grundsätzlich an alle Patientinnen und Patienten der Klinik – unabhängig von ihrer Erkrankung. Die Übungen sind verständlich aufgebaut und sollen dazu beitragen, aktiv zu bleiben und therapeutische Inhalte auch zu Hause selbstständig weiterzuführen.

„Aufgrund der immer kürzeren Kontaktzeiten der Patienten mit dem therapeutischen Personal bleibt wenig Zeit auch für die so wichtige Physiotherapie. Der virtuelle Trainingsraum versucht, dieses zumindest ein Stück weit zu kompensieren“, erklärt Prof. Kaid Darwiche, Chefarzt der Pneumologie.

Besonders wichtig bei chronischen Lungenerkrankungen

Ein Schwerpunkt des Angebots liegt auf Patientinnen und Patienten mit chronischen Lungenerkrankungen wie COPD oder Asthma bronchiale. Spezielle Anleitungsvideos vermitteln atemtherapeutische Grundlagen und geben alltagsorientierte Tipps für den Umgang mit der Erkrankung. „Körperliche Aktivität hat insbesondere bei chronischen Lungenerkrankungen einen sehr hohen Stellenwert und einen erheblichen Einfluss auf die Beeinträchtigungen im Lebensalltag und auch auf das Fortschreiten der Erkrankung“, betont Prof. Darwiche.

„Wir wünschen uns, dass unsere Patienten die Übungen nicht nur während ihres Klinikaufenthalts nutzen, sondern sie als Anregung für ihren Alltag mit nach Hause nehmen und dort eigenständig weitermachen. Denn regelmäßige Bewegung und eine bewusste Atmung können einen wichtigen Beitrag dazu leisten, die eigene Lebensqualität langfristig zu erhalten“, sagt Prof. Darwiche.

Gut vorbereitet in die Operation

PD Dr. Stefan Welter, Chefarzt der Thoraxchirurgie, sieht in dem Onlineportal auch für Patientinnen und Patienten, die sich auf eine thoraxchirurgische Operation vorbereiten, einen wichtigen Mehrwert. Bereits vor dem Klinikaufenthalt können sie sich mit Übungen, Atemtechniken und wichtigen Informationen vertraut machen.



Krankenhausbetriebsleitung

Klinikmanagerin
Anne Piening
Ärztlicher Direktor
Priv.-Doz. Dr. med. Michael Westhoff
Pflegedirektorin
Gudrun Strohdeicher

Abteilungen

Anästhesiologie & Operative Intensivmedizin
Chefarzt
Henning Starke
Onkologie & Onkologische Palliativmedizin
Chefarztin
Prof. Dr. med.
Anke Reinacher-Schick
Pneumologie
Chefarzt
Prof. Dr. med. Kaid Darwiche
Pneumologische Frührehabilitation
Chefarzt
Erich Esch
Radiologie
Chefarzt
Dr. med. Peter Bach
Strahlentherapie
Chefarztin
Dr. med. Nicole-Sophie Consdorf
Thoraxchirurgie
Chefarzt
Priv.-Doz. Dr. med. Stefan Welter



„Gute körperliche und mentale Vorbereitung senkt das Risiko für Komplikationen und hilft, schnell wieder auf die Beine zu kommen“, so PD Dr. Welter.

Auch nach einer Operation unterstützt Bewegung den Genesungsprozess. Mobilisations- und Atemübungen helfen dabei, Muskulatur und Beweglichkeit zu erhalten, die Atmung gezielt zu trainieren und die Patientinnen und Patienten aktiv in ihre Genesung einzubeziehen.

„Die meisten Übungen, die man einmal gezeigt bekommen hat, hat man am nächsten Tag schon wieder vergessen. Unser neues Übungsportal ist aber jederzeit und auch nach dem Klinikaufenthalt abrufbar“, unterstreicht PD Dr. Welter den besonderen Vorteil des digitalen Angebots. „Der virtuelle Trainingsraum ist ein großer Fortschritt in der Patientenversorgung und bietet Hilfe zur Selbsthilfe“, so Dr. Welter.

Aus einer Idee wird ein Angebot für alle

Die Idee für den virtuellen Trainingsraum entstand ursprünglich im Zusammenhang mit der Etablierung der neuen Emphysemambulanz an der DGD Lungenklinik Hemer. „Unser Anspruch war es, unseren Patienten ein zielgerichtetes und krankheitsbildorientiertes Therapieangebot vor und insbesondere auch nach ihrem Klinikaufenthalt anzubieten“, erläutert Philipp Kramer, Leiter der Physiotherapie und maßgeblich in die Entstehung und Umsetzung des Trainingsraums eingebunden.

Bei der Entwicklung der Inhalte wurde besonderer Wert darauf gelegt, medizinisch und therapeutisch sinnvolle Übungen verständlich und einfach zu vermitteln. „Die Patienten sollen sich bei der eigenverantwortlichen Ausführung im häuslichen Bereich sicher und wohl fühlen“, so Philipp Kramer. Auch der konkrete Alltagsbezug steht im Mittelpunkt. Die Anleitungsvideos greifen typische Situationen und Herausforderungen auf und geben praktische Hilfestellungen für den Umgang mit der jeweiligen Erkrankung.

Ein Angebot, das weiter wächst

Der virtuelle Trainingsraum der Lungenklinik ist als kontinuierlich wachsendes Angebot angelegt. Die Inhalte werden im weiteren Verlauf ergänzt und noch stärker nach unterschiedlichen Zielsetzungen und Krankheitsbildern strukturiert.

„Wir möchten die Patienten bei ihren krankheitsbedingten Alltagsproblemen abholen und ihnen zielgerichtete Tipps und Hilfestellungen für eine bessere Alltagsbewältigung geben“, beschreibt Philipp Kramer das Ziel des Projekts. Am Ende gehe es um mehr als einzelne Übungen: „Wir möchten unsere Patienten dabei unterstützen, selbst aktiv zu werden und dadurch letztlich mehr Lebensqualität zu erreichen.“

Einfach erreichbar – auch über die Klinik hinaus

Der virtuelle Trainingsraum ist direkt über die Homepage der Lungenklinik Hemer erreichbar. Damit können Patientinnen und Patienten die Inhalte unabhängig von Ort und Zeitpunkt nutzen – vor, während und nach ihrem Klinikaufenthalt.

Innerhalb der Klinik wird auf das Angebot unter anderem mit Flyern, Informationsmaterial und Aushängen aufmerksam gemacht. Auch Ärztinnen und Ärzte sowie das Team der Physiotherapie weisen gezielt auf passende Inhalte hin.

So ist aus der ursprünglichen Idee inzwischen ein vielfältiges Angebot entstanden, das über die Homepage allen Patienten und Interessierten offensteht und sie in ihrem individuellen Therapie- und Genesungsprozess unterstützen kann.

Hier geht es direkt zum virtuellen Trainingsraum der Lungenklinik Hemer:
<https://www.lungenklinik-hemer.de/medizin-pflege/pflege-therapie/physiotherapie/mobilisation-atemtechniken-uebungs-trainingsraum>



Bewegung als Teil der Therapie: (v. l.) PD Dr. med. Stefan Welter, Chefarzt der Thoraxchirurgie, mit einem Übungsstab, Philipp Kramer, Leiter der Physiotherapie, mit einem Theraband, und Prof. Dr. med. Kaid Darwiche, Chefarzt der Pneumologie, mit Hanteln, machen sich stark für den neuen virtuellen Trainingsraum der DGD Lungenklinik Hemer. Das digitale Angebot unterstützt Patientinnen und Patienten dabei, therapeutische Übungen auch zu Hause selbstständig auszuführen.
 (Foto: Anja Haak, DGD Lungenklinik Hemer)

Die **DGD Stiftung** mit ihrer Holding in Marburg ist ein Verbund diakonischer Gesundheitseinrichtungen. Dazu zählen Krankenhäuser, Rehakliniken, Medizinische Versorgungszentren (MVZ) und Senioreneinrichtungen. Insgesamt arbeiten mehr als 3.500 Menschen für die Organisation. Die DGD Stiftung ist Mitglied im Diakonischen Werk Hessen und Nassau und Kurhessen-Waldeck e.V. Sie gehört zur Diakonie Deutschland und zum Gnadauer Gemeinschaftsverband. „DGD“ steht für Deutscher Gemeinschafts-Diakonieverband.

Die **DGD Kliniken Hemer** vereinen die hochspezialisierte Versorgung der DGD Lungenklinik Hemer und die breitgefächerte medizinische Expertise der DGD Stadtklinik Hemer. Gemeinsam stehen die Kliniken in Hemer für medizinische Spitzenleistung, patientenorientierte Betreuung und einen hohen Qualitätsanspruch in der Gesundheitsversorgung. Die DGD Kliniken Hemer setzen auf innovative Diagnostik und Therapie, fachliche Exzellenz sowie eine patientennahe und herzliche Atmosphäre – mit dem Ziel einer bestmöglichen medizinischen und menschlichen Patientenversorgung – regional und überregional.

Die **DGD Lungenklinik Hemer** versorgt jährlich etwa 8.000 Patienten mit Erkrankungen der Lunge, der Atemwege und des Brustkorbs. Sie bietet alle modernen Möglichkeiten der Diagnostik und Therapie in den Fachabteilungen Anästhesiologie/Operative Intensivmedizin, Pneumologie inklusive Onkologie und Pneumologischer Frührehabilitation, Radiologie, Strahlentherapie sowie Thoraxchirurgie. Zertifizierte Zentren für Lungenkrebs, Lungenemphysem, Beatmungsentwöhnung, Schlafmedizin sowie das Exzellenzzentrum für Thoraxchirurgie sind Ausdruck des fachlich hohen Qualitätsanspruchs und der überregionalen Bedeutung als Kompetenzzentrum. Ergänzt wird das Angebot durch mehrere Medizinische Versorgungszentren (MVZ) und einer Praxis für Logopädie.