

COPD Learn More **Breathe Better®**

CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE

Learn More
Breathe Better®

ACCP Community Asthma and COPD Coalitions Symposium

Networking and Discussion Groups

Wednesday, November 4, 2009

San Diego

COPD Learn More
Breathe Better®



National Heart
Lung and Blood Institute

www.LearnAboutCOPD.org

CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE

COPD Learn More
Breathe Better®

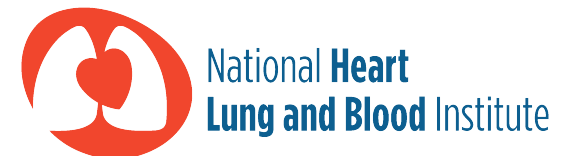
***COPD LEARN MORE BREATHE BETTER®
PARTNERSHIP ROUNDTABLE***

***WHAT CAN THE AWARENESS CAMPAIGN
DO TO HELP YOU IN YOUR COMMUNITY?***

*Amy Pianalto, COPD Learn More Breathe Better
Project Director, NHLBI*

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



Campaign Extended

NHLBI has extended its investment in the COPD campaign

- 3-year, \$3.6 million contract awarded to Porter Novelli to extend through March 2012
- Additional \$462,000 in 1-year community partner subcontracts

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



National Heart
Lung and Blood Institute

Campaign Extension in Progress

- Campaign identity now trademarked
- Strategic planning, especially target audience segmentation and application of behavior change approaches
- Signature events
- Corporate sponsorships
- Traditional and digital media outreach

More...

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



National Heart
Lung and Blood Institute

Campaign Extension in Progress

- Breathe Better Network
- Community partner subcontracts
- Updated Web site to reflect these new initiatives
- Expansion of Facebook presence, and entry into Twitter
- New Creative in 2010

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



National Heart
Lung and Blood Institute

Signature Event: Country Conquers COPD

- Target audience analysis shows elevated levels of smoking or former smoking among country music fans.
- Ages and other demographics of country music fans and those at risk for COPD have strong overlap.
- Country music offers multiple opportunities for marketing, sponsorship, and replication at locales nationwide.

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



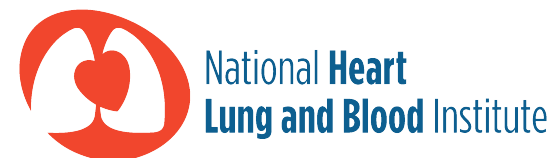
National Heart
Lung and Blood Institute

Signature Event: Country Conquers COPD

- Nashville, Country Music Hall of Fame Park, October 10, 2009. We created a country music mini-festival environment. MC'd by local TV health reporter/anchor.
- Tents with entertainment (DJ, country music Karaoke with songs including the words “breathe” or “breath,” line dancing, and brief performance by country singer Terri Clark.) Educational speakers including COPD-expert MD, RT, and COPD patient.
- Separate tent for COPD Foundation's Mobile Spirometry unit, and RT's providing testing.

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



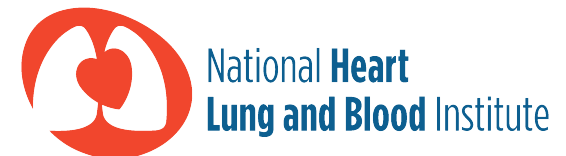
Breathe Better Network

- Acknowledges critical role of partners in any national campaign
- Formalizes and structures partner relationships
- Three levels of participation:
 - Leadership member
 - Supporting member
 - Core member

Visit our web site for details on each level, and please join our Network!

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



COPD

Learn More. Breathe Better.®

[Suggest to Friends](#)[View Updates](#)[Subscribe via SMS](#)

Fans

6 of 221 fans

[See All](#)

Rosy McGillan



Jessa Ford



Katrina Smith



Michele Smith Noxon



Danielle Leonetti Harbison



Dianne Warfield

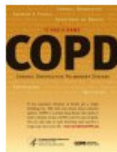
Links

3 links

[See All](#) **COPD – How Can I Get Involved?**
4:01pm Nov 24 **NHLBI – Press Release**
12:58pm Nov 17 **COPD – COPD: Are You at Risk?**
12:57pm Nov 17

Photos

2 albums

[See All](#)**Send COPD E-Cards**
Created about 9 months ago**Download Public Service Announcements!**
Created about 9 months ago

4 of 7 fan photos

[See All](#)

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) Learn More

Breathe Better[Become a Fan](#)[Wall](#)[Info](#)[Learn More ...](#)[Photos](#)[Boxes](#)[Filters](#)

Molly Riley my mom just died from EMPHYSEMA or as the doctors say "complications of COPD" (from 50 years of smoking) on June 13th at age 79. the doctors did not tell her that she would die from this disease. they didn't tell us. they didn't c....[Read More](#) ▾

July 8 at 11:10am · [Report](#)

Jodi Santini My Dad was just diagnosed with this; trying to learn more on how I can help him.

July 1 at 6:09am · [Report](#)

Jacqueline Williams THank you for the great infomation!

March 29 at 4:27pm · [Report](#)

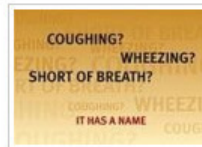
Charlotte King trying to learn more about it.

March 27 at 8:21pm · [Report](#)

Erin Lubick I just want to help those suffering with COPD as I have been dealing with it since birth

January 13 at 10:47pm · [Report](#)

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) Learn More Breathe Better

[Send COPD E-Cards](#) October 28, 2008 at 4:52pm · [Share](#)

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) Learn More Breathe Better November is National COPD Awareness Month. Sponsored by the US COPD Coalition, the observance is a time for organizations and communities across the country to increase the overall awareness of COPD.

[Learn more today! http://www.nhlbi.nih.gov/health/...](http://www.nhlbi.nih.gov/health/...) [Read More](#) ▾October 28, 2008 at 12:09pm · [Report](#)

RECENT ACTIVITY

 **Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) Learn More Breathe Better** discussed What are you doing to support COPD Awareness Month? on the **Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) Learn More Breathe Better** discussion board.

Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) Learn More Breathe Better has no more posts.

[Create an Ad](#)**San Fran testers wanted**

We need San Fran to test Macbooks. Keep what you test. Current laptop available is the orange Macbook Air. Check area availability

[Like](#) [Comment](#) [Share](#)**Thievery Corporation Fans**

Thievery Corporation rocked Lollapalooza last weekend! Watch the highlights show this Saturday on Fuse at 9p/8c!

[Like](#) [Comment](#) [Share](#)**Yeah Yeah Yeahs at Fox**

Yeah Yeah Yeahs hit the Fox Theater in Oakland on September 9 and 10! Tix are on sale now for these 2 very special shows!

[Like](#) [Comment](#) [Share](#)[More Ads](#)



Login Join Twitter!



Hey there! BreatheBetter is using Twitter.

Twitter is a free service that lets you keep in touch with people through the exchange of quick, frequent answers to one simple question: What are you doing? **Join today** to start receiving **BreatheBetter's** tweets.

Join today!

Already using Twitter from your phone? [Click here.](#)



BreatheBetter

RT @FluGov -Key Facts About 2009 H1N1 Flu Vaccine from the CDC:
<http://bit.ly/D32sk> #H1N1

about 1 hour ago from web

1 in 5 over age 45 have #COPD. But only half of them know it.
#Nashville-find out more Sat @ 1pm in HoFame Pk.
<http://tinyurl.com/yctzerr>

about 1 hour ago from web

Team is packing for Country Conquers COPD in #Nashville on Oct 10. Line dancing, giveaways & special performance by @TerriClarkMusic!

about 20 hours ago from web

Looking at Breathe Easy AZ's new website. It's jam packed with good info, especially #H1N1 info for #COPD patients.
www.breathesasyaz.org

about 24 hours ago from web

ALA of CO expands #COPD education efforts, with help from NHLBI Learn More Breathe Better. Check out www.lungcolorado.org

6:04 AM Oct 7th from web

#Nashville - Find out about #COPD on Sat in HofFame Park. Get screened w/ @COPD Foundation, win prize from Oreck
<http://tinyurl.com/yctzerr>

6:01 AM Oct 7th from web

Like live music? Line dancing? Breathing well lets you enjoy those things. See #COPD event in #Nashville on Sat:
<http://tinyurl.com/yctzerr>

9:50 AM Oct 6th from web

Check out ALA NY, expanding their #COPD education efforts with help from the Learn More Breathe Better campaign. www.alany.org

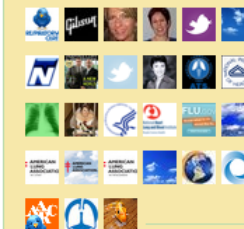
Name Breathe Better
Location Washington, DC
Web <http://learnabout...>
Bio COPD Learn More Breathe Better®, a program of the National Heart, Lung, and Blood Institute of NIH of DHHS, works to raise awareness of COPD.

27 50
following followers

Tweets 24

Favorites

Following



RSS feed of
BreatheBetter's tweets

Content on this page
maintained by NHLBI.



National Heart
Lung and Blood Institute

Content on this page
maintained by NHLBI.



National Heart
Lung and Blood Institute

Spanish Materials Available

ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA

Cómo respirar mejor cuando se tiene enfermedad pulmonar obstructiva crónica

¿SABÍA USTED QUE...?
La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) ocupa el cuarto lugar entre las causas de muerte en los Estados Unidos y causa discapacidad marcada a largo plazo. La cantidad de personas con EPOC está aumentando. Más de 12 millones de personas tienen un diagnóstico de EPOC y es probable que otros 12 millones tengan la enfermedad sin siquiera saberlo.

Sin embargo, hay razones para sentirse optimista. Usted ha dado el primer paso al ser consciente de sus síntomas y acudir a su médico para hacerse pruebas y determinar un diagnóstico. Ahora que ya sabe que tiene enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), su médico puede aconsejarle alternativas de tratamiento y formas de controlar la enfermedad y mejorar su calidad de vida.

¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA?
La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es una enfermedad grave de los pulmones que con el tiempo hace que sea más difícil respirar. Usted puede conocerla con otros nombres, tales como enfisema o bronquitis crónica.

En las personas que la sufren, las vías respiratorias —que son los tubos que transportan el aire que entra y sale de los pulmones— están parcialmente obstruidas. Por esta razón, el aire entra y sale con dificultad. La enfermedad pulmonar obstructiva crónica aparece lentamente y empeora con el tiempo. Por eso es importante que llame a su médico para informarle si tiene síntomas nuevos o si sus síntomas corrientes han empeorado.

QUÉ DEBE HACER SI LE HAN DIAGNOSTICADO EPOC
Usted puede hacer muchas cosas para que le resulte más fácil vivir con la enfermedad pulmonar obstructiva crónica:


Dejar de fumar
Si fuma, lo mejor que puede hacer para evitar hacer más daño a sus pulmones es dejar de fumar. Pregúntele a su médico acerca de nuevas alternativas para combatir el hábito de fumar. En Internet también hay muchos recursos que pueden ayudarlo. Si desea obtener más información, visite www.smokefree.gov (solo en inglés) o www.lungusa.org (en inglés y español), o llame al 1-800-784-8669.

Pregúntele a su médico qué alternativas de tratamiento tiene. Usted puede tomar medidas para poder respirar más fácilmente y vivir una vida más larga y activa.

Evitar la exposición a contaminantes
Trate de evitar otras cosas que puedan irritar los pulmones, tales como el polvo y los vapores fuertes. No salga cuando la calidad del aire afuera sea mala. Aléjese de los lugares en los que pueda haber humo de cigarrillo.

Ir al médico con regularidad
Consulte a su médico con regularidad aunque se esté sintiendo bien. No olvide llevar a todas sus consultas médicas una lista de todas las medicinas que toma.

Seguir el tratamiento al pie de la letra
Tómese las medicinas y siga los consejos del médico sobre cómo tratar su enfermedad. Si tiene alguna duda, pregunte.

 U.S. Department of Health and Human Services
National Institutes of Health
National Heart, Lung, and Blood Institute

ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA

EPOC: ¿corre usted el riesgo de sufrir enfermedad pulmonar obstructiva crónica?

¿SABÍA USTED QUE...?
La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es la cuarta causa de muerte en los Estados Unidos. Cada año, la enfermedad mata a más de 120,000 estadounidenses (uno cada 4 minutos) y causa discapacidad marcada a largo plazo. La cantidad de personas con EPOC está aumentando. Más de 12 millones de personas tienen un diagnóstico de EPOC y es probable que otros 12 millones tengan la enfermedad sin siquiera saberlo.

¿QUÉ ES LA ENFERMEDAD PULMONAR OBSTRUCTIVA CRÓNICA?
La enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC) es una enfermedad grave de los pulmones que con el tiempo hace que respirar sea más difícil. Usted puede haber oído hablar de la EPOC con otros nombres, tales como enfisema o bronquitis crónica.

En las personas que la sufren, las vías respiratorias —que son los tubos que transportan el aire que entra y sale de los pulmones— están parcialmente obstruidas. Por esta razón, el aire entra y sale con dificultad.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?
Muchas personas con EPOC evitan realizar las actividades que disfrutaban antes porque les falta el aire con más facilidad.

Entre los síntomas de la EPOC están:

- Tos constante, también llamada "tos del fumador"
- Sensación de falta de aire al realizar actividades corrientes que antes hacía con facilidad
- Producción excesiva de esputo
- Sensación de falta de aire
- No poder respirar profundo
- Sibilancias (silbidos o chillidos al respirar)

Cuando la EPOC es grave, la sensación de falta de aire y otros síntomas pueden interferir con las tareas más básicas, tales como realizar labores domésticas ligeras, salir a caminar e incluso bañarse y vestirse.


La EPOC aparece lentamente y puede empeorar con el tiempo. Por eso es importante que le informe a su médico sobre sus síntomas lo más pronto posible, aunque éstos parezcan leves.

¿CORRE USTED EL RIESGO DE SUFRIR EPOC?
La mayoría de las personas que corren el riesgo de sufrir EPOC nunca han oído hablar de esta enfermedad y muchas veces ni siquiera saben que tiene nombre. A continuación se enumeran algunas de las cosas que aumentan su riesgo de tener EPOC.

Hábito de fumar
La EPOC se presenta con más frecuencia en personas mayores de 40 años que fuman o solían fumar, aunque hasta 1 de cada 6 personas con EPOC nunca ha fumado. El hábito de fumar es la causa más frecuente de EPOC, siendo responsable de hasta 9 de cada 10 muertes relacionadas con esta enfermedad.

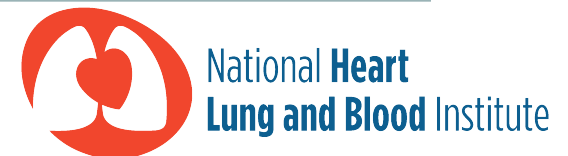
Exposición ambiental
La EPOC también puede presentarse en personas que han tenido una exposición prolongada a irritantes de los pulmones, tales como ciertas sustancias químicas, polvo o vapores en el sitio de trabajo. La exposición intensa o prolongada al humo de tabaco eliminado por otras personas o a otros contaminantes del aire también puede contribuir a la EPOC.

Factores genéticos
En algunas personas la EPOC se debe a una alteración genética llamada deficiencia de alfa-1-antitripsina. Aunque muy pocas personas saben que tienen deficiencia de alfa-1-antitripsina, se cree que afecta hasta a 100,000 estadounidenses. Las personas que tienen deficiencia de alfa-1-antitripsina pueden presentar EPOC aunque nunca hayan fumado ni tenido exposición prolongada a contaminantes peligrosos.

 U.S. Department of Health and Human Services
National Institutes of Health
National Heart, Lung, and Blood Institute

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



COPD Education in Your Community

Discussion –

How can the national campaign help with your current and future program plans?

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



National Heart
Lung and Blood Institute

Contact Information

Amy Pianalto

pianaltoa@nhlbi.nih.gov

Melane Hoffmann:

melane.hoffmann@porternovelli.com

For more information, visit:

www.LearnAboutCOPD.org

COPD Learn More
Breathe Better®

www.LearnAboutCOPD.org



National Heart
Lung and Blood Institute

COPD Learn More **Breathe Better®**