



# Inhalatives Kortison

Wenn Sie mehr Luft brauchen...



## Liebe Patientin, Lieber Patient,

*Ihr Arzt hat Ihnen ein Medikament verschrieben,  
das Kortison enthält.*

*Trotz der unbestreitbaren Erfolge und der dokumentierten  
Verträglichkeit der Therapie, löst das Wort Kortison bei  
manchen Menschen noch immer Unbehagen aus.*

*Wir möchten Ihnen die unbegründete Angst vor inhala-  
tivem Kortison nehmen und Sie in dieser Informations-  
broschüre über die Anwendung, Vorteile und Risiken von  
inhalativen Kortison aufklären.*

*Diese Informationen sollen Ihnen helfen, die optimale  
Therapie für Ihre Erkrankung durchzuführen und so ein  
Maximum an Lebensqualität zu erzielen.*

**Viel Erfolg und Gute Gesundheit  
wünscht Ihnen**

# Was ist Kortison?

Kortison steht umgangssprachlich für die Hormongruppe der Glukokortikoide, die zu Steroidhormonen gehören und in der Nebennierenrinde des Menschen gebildet werden.

In kleinen Mengen im Körper produziert, ist es verantwortlich für Stoffwechselfvorgänge, beeinflusst den Wasser- und Mineralhaushalt, hat Effekte auf das Herz-Kreislaufsystem und das Nervensystem und wirkt entzündungshemmend.

Das einzigartige Wirkprofil von Kortison hat die medizinischen Behandlungsmöglichkeiten ab den späten 1940er Jahren revolutioniert. Die optimale Dosierung von Kortison musste zu Beginn erst ermittelt werden und so kam es bei hohen Dosierungen zu teils schweren Nebenwirkungen. Heute kann man schon mit kleinsten Mengen Kortison den gewünschten Behandlungserfolg erzielen. Es wurden neue, künstliche Kortisone entwickelt, die eine spezifischere und lokale Wirkung haben. Das bedeutet, dass die Entzündung vor Ort bekämpft wird, der übrige Körper jedoch weitgehend unbeeinflusst bleibt.

Solche neuen „Kortisone“ werden beispielsweise zur inhalativen Behandlung von Atemwegserkrankungen eingesetzt.

**Kortison hat den großen Vorteil, dass es die jeweilig zugrunde liegenden Entzündung verringert und so Beschwerden vermeiden kann.**

# Warum Kortison?

In der Entstehung von Atemwegserkrankungen (wie zum Beispiel Asthma, COPD oder chronische Bronchitis) spielt die Überempfindlichkeit und die Entzündung der Atemwege eine wesentliche Rolle. Die Hemmung dieser Entzündung ist daher sehr wichtig für die erfolgreiche Behandlung.

Kortison Präparate haben einen sehr hohen Stellenwert in der Therapie der Atemwege, da die Entzündung gezielt und effektiv reduziert wird, die Schleimhäute weniger stark anschwellen und auch weniger Schleim produzieren. Die Muskulatur des Atemwegsystems neigt weniger dazu sich zu verkrampfen, die Symptome werden gelindert.

Inhalative Kortisone werden derzeit als die wirksamsten Inhaltstoffe zur langfristigen Kontrolle der Asthmasymptome eingestuft.



**Für Sie als Patient bedeutet die regelmäßige Anwendung von inhalativem Kortison eine verbesserte Lungenleistung und widerstandsfähigere Atemwege gegen die Reize von außen.**

# Keine Angst vor Nebenwirkungen!

Trotz der unbestreitbaren Erfolge und der dokumentierten Verträglichkeit der Therapie, löst das Wort Kortison bei manchen Menschen noch immer Unbehagen aus.

Nebenwirkungen der Kortison-Therapie treten vor allem bei einer hohen Dosis von Kortison-Tabletten oder Kortison-Spritzen über einen längeren Zeitraum auf.

Inhalative Kortisone hingegen wirken gezielt auf die Atemwege und nur ein sehr kleiner Teil gelangt in den Körperkreislauf, wovon das Meiste rasch abgebaut wird. Somit ist die lokale Therapie insgesamt gut verträglich.

In der Behandlung von Asthma und COPD ist inhalatives Kortison aufgrund seiner ausgezeichneten Wirkung und Verträglichkeit nicht mehr wegzudenken. Selbst Kleinkinder ab dem ersten Lebensjahr können damit therapiert werden.

Zu den wenigen Nebenwirkungen inhalativer Kortisone gehören vor allem Pilzinfektionen im Mund sowie Heiserkeit.

**Kortison sollte deshalb vor den Mahlzeiten inhaliert und der Mund nach der Inhalation, sorgfältig ausgespült werden.**

**Empfehlenswert ist es auch, die Inhalation vor dem Zähneputzen durchzuführen.**

# Richtige Anwendung

Je nach Therapie ist die Wahl des Inhalationssystems und dessen richtige Anwendung für den Therapieerfolg ausschlaggebend. Es gibt verschiedene Inhalationssysteme wie zum Beispiel Pulverinhalatoren oder Dosieraerosole.

## Die inhalative Therapie hat viele Vorteile:

- Der Wirkstoff gelangt gezielt in die Atemwege
- Die Wirkung tritt rasch ein
- Die Wirkung wird in der Regel mit einer geringeren Dosis erzielt
- Die Rate der Nebenwirkungen ist gering

In wissenschaftlichen Untersuchungen konnte nachgewiesen werden, dass durch den frühzeitigen Beginn einer Kortison-Therapie die Lungenleistung verbessert wird.

# Kortisonmengen im Vergleich

Die inhalierte Kortisonmenge über ein Jahr entspricht ca. der Menge die bei einem akuten Anfall über ein paar Tage in Tablettenform eingenommen werden muss.

Der menschliche Körper produziert pro Tag 10 – 40 mg körpereigenes Kortison. Ohne dieses könnten wir nicht überleben.

**Täglich eine kleine Menge Kortison ist besser als hohe Dosen bei akuten Verschlechterungen.**

# Tipps

Folgende Empfehlungen können die Lebensqualität auch unter medikamentöser Therapie noch weiter optimieren.

## Rauchen

Die erste und wichtigste Maßnahme bei Atemwegserkrankungen ist ein Rauchstopp!

## Sport

Basis jeder sportlichen Betätigung ist eine gute körperliche Verfassung und die Einhaltung der verordneten Therapie.



- Therapierte Atemwegserkrankungen und Sport sind kein Widerspruch.
- Regelmäßiges Training ist vorteilhaft.
- Individuelle Trainingsprogramme helfen.
- Ausdauersportarten sind empfehlenswert.
- Medikamente sollten immer in Griffweite sein.

## Ernährung

Eine ausgeglichene Ernährung unterstützt und fördert das körperliche Wohlbefinden und sollte daher grundsätzlich begleitend sein.

- Fettarm
- Ausgewogen
- Ausreichend Flüssigkeitszufuhr
- Ausreichend Obst und Gemüse





Bitte nehmen Sie die Medikamente genauso wie Ihr Arzt es Ihnen oder Ihrem Kind verschrieben hat, nicht kürzer oder länger, nicht weniger oder stärker dosiert.

Es gilt, die vom Arzt verordnete Therapie konsequent durchzuführen, um das beste Ergebnis zu erzielen.

Arztstempel

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihre(n) Ärzt(in)!