



## Kortison bei Atemwegserkrankungen

Kortison wirkt bei Atemwegserkrankungen stark entzündungshemmend. Deshalb inhalieren 99 Prozent aller Betroffenen kortisonhaltige Medikamente – oft über Jahre. Nebenwirkungen treten bei korrekter Inhalation nur selten auf.

### Was ist Kortison?

Kortison ist ein lebenswichtiges, körpereigenes Hormon. Es wird wie zahlreiche andere Hormone in der Nebennierenrinde produziert. Wegen seiner entzündungshemmenden Wirkung wird Kortison seit vielen Jahren künstlich hergestellt und sehr erfolgreich bei der Therapie von Atemwegs- und anderen Erkrankungen eingesetzt.

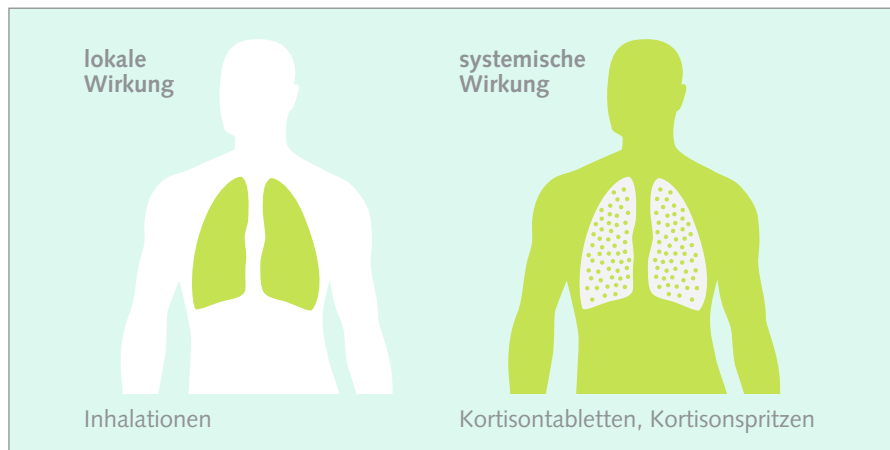
### Wie wird Kortison bei Atemwegserkrankungen eingesetzt?

Kortison wird bei Atemwegserkrankungen wie Asthma, Lungenfibrose oder COPD auf verschiedene Weisen verabreicht:

- Inhalation: Kortison wirkt lokal nur am Ort der Krankheit.
- Tabletten, Spritzen: Hier wird Kortison systemisch über das Blut aufgenommen und wirkt im ganzen Körper.

### Löst das Inhalieren von Kortison Nebenwirkungen aus?

Das Inhalieren von Kortison kann zu Halsentzündungen führen, meist verursacht durch eine Pilzinfektion. Diese ist aber leicht zu behandeln. Die Kortisondosis muss nicht reduziert werden. Eventuell auftretende Heiserkeit verschwindet nach dem Absetzen des Medikaments oder nach einer Reduktion der Dosis. Auch eine



Wirkungsweise von kortisonhaltigen Medikamenten

veränderte Inhalationstechnik kann Abhilfe schaffen: Verwendet man ein Dosieraerosol mit Vorschaltkammer, bleibt an Kehlkopf und Rachen weniger Kortison haften als beim Einsatz eines Pulverinhalators.

### Die Inhalation von Kortison

- steigert nicht den Appetit
  - erhöht nicht das Osteoporose-Risiko
  - ruft nur selten und in geringem Ausmass Hautveränderungen wie blaue Flecken hervor, und
  - beeinflusst die körpereigene Produktion von Kortison nicht.
- Kurz: Inhalierbares Kortison hat selten Nebenwirkungen.

### Kinder und Kortison

Unbehandelt kann Asthma Wachstum und Entwicklung schädigen und sogar das Leben des Kindes bedrohen. Darum wird Asthma bei Kindern sorgfältig überwacht. Meist inhalieren die kleinen Patientinnen und Patienten kortisonhaltige Präparate in geringsten Mengen, um Asthmaanfällen vorzubeugen. Nebenwirkungen sind dabei nicht zu befürchten. Kommt es zu einem schweren, akuten Asthma-Anfall, werden während weniger Tage Sirup oder Tabletten



eingesetzt. Diese Therapie ist für das Kind ungefährlich. Sie sollte jedoch nicht mehr als fünf Mal pro Jahr angewandt werden.

### Tipp

#### Beim Inhalieren von Kortison ist zu beachten:

- Spray nur mit Vorschaltkammer benützen – grosse Teile bleiben so in der Kammer haften und nicht am Rachen.
- Nachher Zähne putzen, den Mund spülen, etwas essen oder trinken, um Kortisonreste zu entfernen.

### Kortison als Tabletten, Sirup oder Spritze: Was gilt es zu beachten?

Grundsätzlich darf eine Therapie mit Kortisontabletten von mehr als zehn Tagen nicht abrupt beendet werden. Weil die Einnahme die körpereigene Produktion von Kortison bremst, muss die Dosis langsam reduziert werden. So kann die Nebennierenrinde das Hormon wieder selbst herstellen.

### Mögliche Nebenwirkungen

Vor allem wenn Kortisontabletten längere Zeit hoch dosiert eingenommen werden, sind Nebenwirkungen möglich:

#### Gewichtszunahme

Kortisontabletten steigern den Appetit und können so zu einer Gewichtszunahme und einem Vollmondgesicht (Fetteinlagerungen) führen. Ist die Therapie beendet oder wird die Dosis verringert, normalisieren sich Gewicht und Gesichtszüge meist wieder.

#### Osteoporose

Hohe Kortisondosen können Osteoporose, eine Abnahme der Knochendichte, bewirken. Auch der Bewegungsmangel von Betroffenen, die durch ihre Atemwegserkrankung weniger mobil sind, kann zu Osteoporose führen.

Wenn eine kleine tägliche Dosis Kortisontabletten die Asthma-Beschwerden so vermindert, dass Sport wieder möglich wird, kann sich dies positiv auf die Knochen auswirken.

#### Zuckerkrankheit

Weil Kortison in den Kohlehydrat- und Zuckerstoffwechsel eingreift, kann bei Veranlagung zu Diabetes der Blutzucker ansteigen. Bei einer längerfristigen Therapie mit Kortisontabletten kann eine zuckerarme Diät Diabetes vorbeugen.

#### Hautveränderungen

Einige Patientinnen und Patienten beklagen blaue Flecken an Unterarmen oder Unterschenkeln. Die Haut wird manchmal rissig und dünn. Dies wird kosmetisch oft als störend empfunden, ist aber weder gefährlich noch bedrohlich. Es ist dann empfehlenswert, sich täglich mit einer guten Körpermilch zu pflegen.

#### Körpereigene Produktion

Nach langjähriger Einnahme von Kortisontabletten kann es vorkommen, dass der Körper aufhört, selbst Kortison zu produzieren. Laboruntersuchungen schaffen hier Klarheit. In solchen Fällen muss die Kortisondosis über mehrere Monate langsam reduziert werden.

#### → Fragen?

Haben Sie Fragen zur Einnahme von Kortison? Dann wenden Sie sich bitte an die Lungenliga in Ihrem Kanton oder an Ihre Hausärztin, Ihren Hausarzt.

Weitere Informationen zu Lungen- und Atemwegserkrankheiten sowie zum Therapie- und Kursangebot der Lungenliga finden Sie auf [www.lungenliga.ch](http://www.lungenliga.ch).  
Kontakt: [info@lung.ch](mailto:info@lung.ch) oder  
Telefon 031 378 20 50

### Kortison: Woher stammt der schlechte Ruf?

Kortison wird in der Medizin seit 1948 regelmässig eingesetzt. Zu Beginn wurden vor allem Rheuma-Kranke erfolgreich mit Spritzen behandelt. Die betreffenden Wissenschaftler erhielten 1950 den Nobelpreis für ihre Arbeit. Der Enthusiasmus über das «Wundermittel» war so gross, dass Kortison in der Folge oft zu lange und zu hoch dosiert verschrieben wurde. Patientinnen und Patienten litten unter schwersten Nebenwirkungen, so dass der Wirkstoff bald einmal den Ruf eines «Teufelszeugs» hatte.

Inzwischen weiss man viel mehr darüber, wie Kortison wirkt. Präzise Dosierungen und gezielte Anwendungen minimieren das Risiko von Nebenwirkungen für Patientinnen und Patienten erheblich. Für Asthma-Betroffene war 1972 die Entwicklung von inhalierbaren Kortisonpräparaten der grosse Durchbruch, weil sie praktisch keine Nebenwirkungen mehr fürchten müssen.

