

## Richtig inhalieren – Das Wichtigste in Kürze

Menschen mit Atemwegserkrankungen wie Asthma und COPD können ihre Medikamente mit einem Inhalator (über die Lunge) einatmen oder oral (als Tablette, durch den Mund) aufnehmen. Die Inhalationstherapie ist eine schnelle und nebenwirkungsarme Anwendung. Für den Erfolg der Therapie ist dabei wichtig, die Technik des Inhalierens zu beherrschen.

### Unterschiede inhalierbarer Arzneimittel:

Kurzwirksame atemwegserweiternde Medikamente mit einer Wirkdauer von maximal sechs Stunden; Wirkung setzt sofort ein

Langwirksame atemwegserweiternde Medikamente; hier setzt die Wirkung entweder sofort (Formoterol) oder verzögert ein und hält länger an

Antientzündliche Medikamente (zum Beispiel Kortisonpräparate)

### Vorteile der Inhalationstherapie:

- der Wirkstoff gelangt direkt in die Atemwege
- die Arzneimitteldosis ist im Vergleich zur oralen Einnahme geringer
- die Wirkung des Medikaments kann rasch eintreten
- die Nebenwirkungen sind geringer

### Grundprinzipien der Inhalation:

- immer mit aufrechtem Oberkörper, d. h. im Sitzen oder Stehen inhalieren
- Inhalation vorbereiten
- vor der Inhalation entspannt und so tief wie möglich ausatmen am besten über die sogenannte Lippenbremse
- Inhalation je nach Gerät auslösen sowie kräftig und gleichmäßig einatmen
- Atem für fünf bis zehn Sekunden anhalten
- langsam ausatmen, bevorzugt mit der Lippenbremse
- nächste Inhalation frühestens nach einer Minute

### Wichtig bei der Inhalation von Kortisonpräparaten:

Nach der Inhalation den Mund gründlich ausspülen und etwas essen.

### Fehler vermeiden:

- Inhalation regelmäßig anwenden
- Inhalation ruhig und konzentriert durchführen
- Anwendung des Systems muss unbedingt richtig beherrscht und eingeübt werden (Patientenschulung!)
- Wechsel des Systems nur in Absprache mit dem Arzt

(Fortsetzung auf der Rückseite)

**Quellen:** Informationsblatt der Deutschen Atemwegsliga e. V.: Richtig inhalieren; COPD-Deutschland e.V.: Inhalieren bei COPD und Lungenemphysem.

**Mehr Informationen:** [www.lungeninformationsdienst.de](http://www.lungeninformationsdienst.de)

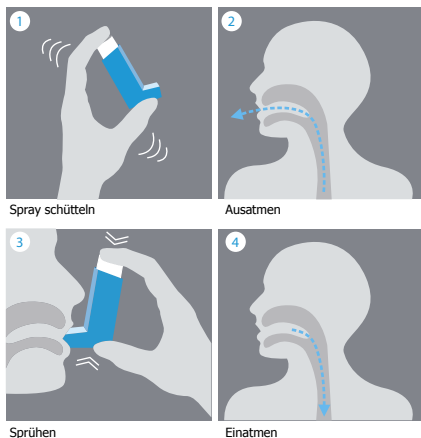
### Formen der Inhalation:

Insbesondere werden drei verschiedene Gerätetypen zur Inhalation eingesetzt, die sich in Handhabung sowie Vor- und Nachteilen unterscheiden. Am häufigsten werden *Dosieraerosole* und *Pulverinhalatoren* verwendet, seltener *Vernebler*.

Dosieraerosole	Pulverinhalatoren
- Medikament wird in Form winziger Tropfen versprüht	- Medikament gelangt verteilt auf winzige Pulverteilchen in die Atemwege
- Sprühstoß wird per Hand ausgelöst, bei atemzugsgesteuerten Dosieraerosolen durch die Einatmung	- auslösende Handbewegung und Atemzug müssen nicht aufeinander abgestimmt werden
- Inhalation („Einatmung“) genau auf den Sprühstoß abstimmen: gleichzeitig sprühen und einatmen	- es muss schnell und tief eingeatmet werden

### Anleitung zur Inhalation am Beispiel Dosieraerosole:

- Schutzkappe abnehmen, Gerät schütteln (siehe Grafik Schritt 1)
  - vollständig ausatmen (Schritt 2)
  - Mundstück mit den Lippen umschließen, gleichmäßig und tief einatmen, gleichzeitig mit dem Einatmen den Sprühstoß auslösen (Schritt 3)
  - langsam und tief durch den Inhalator einatmen (Schritt 4)
- Atem fünf bis zehn Sekunden lang anhalten, damit sich die Wirkung des Medikaments in der Lunge entfalten kann, langsam ausatmen, Schutzkappe aufsetzen.



**Quellen:** Informationsblatt der Deutschen Atemwegsliga e. V.: Richtig inhalieren; COPD-Deutschland e.V.: Inhalieren bei COPD und Lungenemphysem.

**Mehr Informationen:** [www.lungeninformationsdienst.de](http://www.lungeninformationsdienst.de)