



Dermapharm – UMWELTSCHUTZ

Hauterkrankungen und Umwelt stehen oft in einem engen Zusammenhang. Gerade in der heutigen Zeit wird dies immer mehr erkennbar.

Dermapharm sieht es als Hersteller von ausschließlich dermatologischen und allergologischen Präparaten als ihre Verpflichtung an, einen Beitrag zum Umweltschutz zu leisten.

Grundsätzlich wird im gesamten Unternehmen Recyclingpapier für Faltschachteln, Beipackzettel, Geschäftspapier, etc. verwendet. Auch in der Produktion versucht Dermapharm umweltfreundliche Materialien, wie z. B. Braunglas anstelle von PVC, einzusetzen. Werbemittel sollen prinzipiell einen praktischen Nutzen haben.

Dermapharm wird diese Praxis weiter ausbauen in der Hoffnung, Anstöße geben zu können für einen vernünftigen Umgang mit unseren Ressourcen – unserer Umwelt zuliebe.

Der Umwelt zuliebe –

Dermapharm AG

Bösch 104
6331 Hünenberg
Telefon: 0 41/78 56 34-0
Telefax: 0 41/78 56 34-9
info@dermapharm.ch

Recycling-Papier – spart Energie und Rohstoffe. Ein aktiver Beitrag zum Umweltschutz.

Stand 5/2004

Kortison

Ratgeber für Patienten



Dermapharm AG

Vor rund 200 Jahren hat der französische Arzt Alibert mit seinem „Baum der Hautkrankheiten“ die Lehre von den Hautkrankheiten wissenschaftlich begründet. Das Bild des Baumes wurde dabei bestimmt nicht zufällig gewählt: Denn die Rinde schützt den Baum ebenso wie die Haut den Menschen!

Rund 150 Jahre später spricht der amerikanische Hautarzt H. Maibach wieder von einer Revolution: Mit dem Kortison sieht er ein neues Zeitalter der praktischen Therapie bei Hauterkrankungen anbrechen. Wieder ist eine Rinde zentrales Thema: Kortison ist ein Nebennierenrindenhormon.

Inhalt

- **Kortison – vor 60 Jahren entdeckt**
- **Kortison – eine der stärksten Waffen gegen Entzündungen**
- **Kortison – bremst den Juckreiz**
- **Wie wird Kortison angewendet?**
- **Wie wird dosiert und wie lange dauert die Behandlung?**
- **Unerwünschte Wirkungen?**
- **Kortison ist nicht gleich Kortison!**
- **Kortison – auch bei Kindern**
- **Was können Sie tun?**
- **Hilfreiche Adressen**

Liebe Patientin, lieber Patient,

„Kortison, Herr Doktor, muss das wirklich sein? Das macht doch dick, führt zur Knochenentkalkung und macht die Haut dünn.“

Vielleicht haben Sie diese Bedenken auch schon einmal gehört, vielleicht tragen Sie sich ja selbst mit diesen Ängsten?



Alte und junge Haut, Ölgemälde, 19. Jh.

Über kaum ein anderes Arzneimittel wird so viel diskutiert wie über Kortison. Wie so oft spricht man dabei allerdings eher über die negativen Aspekte. Die positiven Wirkungen sind dagegen meist keine Nachricht wert!

Dass mit Kortison vielen chronisch kranken Patienten z. B. mit Ekzem, Rheuma oder Asthma geholfen werden kann, interessiert nur die Betroffenen und ihre Ärzte!

In einer solchen Situation ist es nicht immer einfach, Falsches, Halbwahrheiten und Richtiges voneinander zu trennen.

Mit der vorliegenden Broschüre möchte **Dermapharm** Ihnen helfen, Kortison besser zu verstehen und somit besser mit möglichen

Bedenken umzugehen. Und natürlich wollen wir Ihnen auch einige Tipps an die Hand geben, damit Sie die Informationen Ihrer(s) Ärztin/Arztes oder Apothekerin/Apothekers optimal nutzen können.

Kortison – vor 60 Jahren entdeckt

Kortison wird in unserem eigenen Organismus in der Nebennierenrinde gebildet. Wie alle Hormone steuert es ganz bestimmte Abläufe in unserem Körper. So reguliert Kortison den Eiweiß-, Fettstoff- und Mineralstoffwechsel und steuert Abwehrfunktionen. Da Kortison den Körper dabei unterstützt, mit schweren Not-situationen, wie z. B. Schockzuständen und Unfällen, fertig zu werden, wird es von den Ärzten auch als „Stresshormon“ bezeichnet.

Vor rund 60 Jahren entdeckt, wurde das Kortison dann 10 Jahre später zum ersten Mal therapeutisch beim Menschen eingesetzt. In der heutigen Anwendung stecken damit 50 Jahre Forschung und Erfahrung.



Kendall und Hench, die Entdecker des Kortisons

Kortison – eine der stärksten Waffen gegen Entzündungen

Bis heute sind Kortikoide die stärksten entzündungshemmenden Medikamente, die in der Praxis verwendet werden. Sowohl akute als auch chronische Entzündungen, wie zum Beispiel Asthma und Gelenkrheumatismus, können in vielen Fällen mit Kortison erfolgreich behandelt werden.

Darüber hinaus hilft Kortison überschießende Abwehrreaktionen und allergische Reaktionen zu kontrollieren.



Gesunde Hautzellen unter dem Mikroskop betrachtet

Kortison bremst den Juckreiz

Bei vielen entzündlichen Hauterkrankungen führen Kortikoid-Präparate meist zur Besserung. Geschwollenes oder nässendes Gewebe kann sich zurückbilden. Durch die Engstellung der Gefäße bessern sich Hautrötungen. Juckreiz und Hautbrennen lassen nach.

Wie wird Kortison angewendet?

Man unterscheidet 2 Anwendungsformen

- die *systemische Therapie* und
- die *topische Therapie*.

Bei der *systemischen Therapie* wirken die Medikamente (Tabletten, Kapseln, Spritzen in Venen oder Muskeln) über die Blutbahn; die Wirksubstanz wird dabei im gesamten Organismus verteilt.

Man spricht deshalb auch von der innerlichen Anwendung.

Bei der *topischen Therapie* dagegen werden die Medikamente lediglich örtlich begrenzt angewendet (örtliche Anwendung). So wirkt eine Tinktur nur auf der Haut und ein Inhalat (zum Beispiel ein Spray) lediglich in den Atemwegen.

Der Wirkstoff gelangt damit nicht in die Blutbahn, er wird genau dort eingesetzt, wo er wirklich benötigt wird.

Ist dann eine topische Therapie nicht die bessere Wahl?

Tatsächlich hat die lokal gezielte Anwendung von Kortison Vorteile: Mögliche unerwünschte Wirkungen können damit weitgehend vermieden werden. Allerdings ist zu beachten, dass topische Kortison-Präparate nicht so stark anti-entzündlich wirken wie systemische Formen.

Ihr Arzt wird es also vom Schweregrad Ihrer Erkrankung abhängig machen, welches Kortison für Sie das Richtige ist. Bei Hautkrankheiten kommt es beispielsweise darauf an, inwieweit tiefer gelegene Hautbezirke betroffen sind und wie ausgedehnt die Hautareale sind, die behandelt werden müssen.

Wie wird dosiert und wie lange dauert die Behandlung?



Die Dauer der Therapie hängt natürlich vom Krankheitsbild ab. Akute Erkrankungen müssen lediglich kurzfristig behandelt werden, bei chronischen Krankheiten ist dagegen eine Dauertherapie nötig.

Bei einer systemischen Langzeittherapie wird Ihr Arzt die Kortison-Behandlung in der Regel mit einer höheren Startdosis beginnen. Bei Besserung des Krankheitsbildes wird er dann die Dosis reduzieren auf die sogenannte Erhaltungsdosis. Ziel wird es dabei immer sein, das Therapieziel mit der kleinstmöglichen Dosis zu erreichen.

... und die unerwünschten Wirkungen?

Wenn Sie Kortison in topischer Form (Tinktur, Salbe, Spray etc.) nehmen, werden unerwünschte Wirkungen, die den ganzen Körper

betreffen, in der Regel nicht auftreten, da der Wirkstoff gar nicht erst in die Blutbahn gelangt. Bei unsachgemäßer Anwendung (z. B. ununterbrochene Langzeitanwendung) kann es allerdings zu Hautreaktionen wie Hautverdünnung und Neubildung kleiner sichtbarer Adern kommen.

Deswegen: Befolgen Sie die Anweisung Ihres Arztes/Ihrer Ärztin!

Dies gilt natürlich gerade auch für die systemische Therapie (Tabletten etc.). Denn dort besteht bei höherer Dosierung und längerdauernder Anwendung auch die Gefahr einer Knochenentkalkung (Osteoporose). Um solchen möglichen Nebenwirkungen vorzubeugen, wird Ihr Arzt deshalb sorgfältig das passende Medikament auswählen und die für Sie richtige Dosierung und Anwendungsdauer festlegen.

Kortison ist nicht gleich Kortison!

Unter dem Sammelbegriff „Kortison“ (Sie finden darunter auch die Begriffe Kortikoide oder Glukokortikoide) unterscheidet man die

natürlichen Glukokortikoide

und die

synthetisch hergestellten Glukokortikoide.

Bei den *synthetischen* Glukokortikoiden wurde das Kortisonmolekül so verändert, dass Wirkstärke und Wirkdauer im Vergleich zu den *natürlichen* Kortisonen deutlich erhöht sind.

Deshalb ordnet man die dermatologischen Kortisonpräparate auch entsprechend ihrer Wirkstärke nach Niedner in 4 Klassen:

- schwach bzw. mild wirksam
- mittelstark wirksam
- stark wirksam
- sehr stark wirksam.

Und natürlich gilt auch hier der Grundsatz: Je größer die Wirkung, desto größer die möglichen Nebenwirkungen!

Die natürlichen Kortisone wie Hydrokortison gehören in die Gruppe der mild wirksamen und daher auch besonders gut verträglichen Kortikoide.



Schöne Haut durch regelmäßige Pflege

Kortison – auch bei Kindern

Bei Kindern wird Kortison bei den gleichen Krankheitsbildern wie bei Erwachsenen eingesetzt. Allerdings erhalten Kinder wegen ihres geringeren Körpergewichtes geringere Kortison-Dosen.

Und ein weiterer Aspekt ist bei Kindern zu beachten: Da eine langfristige Gabe von Kortison in der systemischen Anwendung das Längenwachstum behindern kann, wird man vor einer Entscheidung zur Kortison-Dauermedikation natürlich alle anderen Therapiemöglichkeiten ausschöpfen.

Aber natürlich gilt auch hier: Oft ist Kortison einfach die beste Wahl, um das Leiden des Kindes nicht unnötig zu verschlimmern.

... und was können Sie tun, um rasch wieder gesund zu werden?

Vielleicht sind Sie überrascht, wenn wir zuerst einmal für ein paar allgemeine Regeln plädieren:

– Essen Sie gesund:

- Nicht zu üppig
- Gehen Sie sparsam um mit Fett, Salz und Zucker
- Essen Sie viel Obst und Gemüse
- Essen Sie reichlich Eiweiß

- Trinken Sie viel Milch und bevorzugen Sie Milchprodukte
- Trinken Sie ausreichend: mindestens zwei Liter täglich

– Bleiben Sie körperlich aktiv

– Tragen Sie Kleidung, die das Abdunsten des Körperschweißes erleichtert (Naturfasern wie Baumwolle)

– Grundlage jeder „Haut-Therapie“ ist natürlich die sinnvolle Reinigung und Pflege.

Denn eine gewissenhafte Pflege ist bereits Teil der Therapie. Befolgen Sie dazu die entsprechenden Hinweise Ihres Arztes/Ihrer Ärztin.

Pflegen Sie trockene Haut sowohl während der Therapie als auch in erscheinungsfreien Intervallen mit rückfettenden Pflegepräparaten. Gönnen Sie sich nach dem Eincremen etwas Ruhe und Ihrer Haut Zeit, damit Salbe oder Creme besser einziehen können.

– Nehmen Sie die von Ihrem Arzt verordneten Präparate gewissenhaft ein

– Wichtig bei kortisonhaltigen Cremes und Salben:

- Nicht zu lange ohne Unterbrechungen anwenden
- In der Regel nicht für das Gesicht verwenden
- Dünn eincremen

- Nicht zu oft am Tag eincremen (vielfach genügt eine Anwendung täglich, ansonsten sollten Sie eine kortisonfreie Basiscreme benutzen).



Im 15. Jahrhundert wurden Hautkrankheiten noch durch Wunder geheilt.

Hilfreiche Adressen

Wenn Sie sich weiter informieren möchten oder sich mit Betroffenen austauschen wollen, empfehlen wir Ihnen folgende Adressen:

in Deutschland

Deutscher Allergie- und Asthmabund e.V.

Tel.: 0049 21 61/81 49 40

Deutsche Atemwegsliga e.V.

Tel.: 0049 52 52/95 45 05

Deutsche Rheuma-Liga Bundesverband e. V.

Tel.: 0049 2 28/76 60 60

Deutscher Neurodermitiker Bund e.V.

Tel.: 0049 40/23 08 10

Arbeitsgemeinschaft Allergiekranke Kind, Hilfe für Kinder mit Asthma, Ekzem oder Heuschnupfen e.V.

Tel.: 0049 27 72/9 28 70

Deutscher Psoriasisbund e.V.

Tel.: 0049 40/22 33 99 oder

0049 40/22 70 98 5

Eines der größten Informationsangebote im Internet zum Stichwort „Haut“ finden Sie unter

www.derma.med.uni-erlangen.de

