

Check-up

BETRIFFT
Asthma

Warum wirkt die Therapie nicht?

Eine erschreckend hohe Zahl von Asthmapatienten wenden ihre Medikamente falsch an. Die Wirkung der Inhalation ist bescheiden, die Beschwerden dauern an. Gefragt ist eine korrekte Schulung.

TEXT VERENA THURNER

Nicht alle freuen sich auf den Frühling. Für Allergiker – darunter Asthmapatienten – beginnt jetzt eine eher unangenehme Zeit. Mit den Pollen verstärken sich die Beschwerden von Asthmatikern dramatisch. Je nach Wetter blühen Hasel, Erle und Birke und verteilen ihre Pollen grosszügig übers Land. Gut eingestellte Asthmatiker müssen aber nicht auf Aktivitäten im Freien verzichten. Gut eingestellt bedeutet, dass der Patient seine Krankheit durch eine korrekte Anwendung der Medikamente unter Kontrolle hält.

Genau bei diesem Punkt hapert es aber gewaltig: Über 60 Prozent der Betroffenen wenden laut Dr. Alexander Turk, Chefarzt Pneumologie und Präsident Verein Lunge Zürich, ihre Asthma-Medikamente falsch an. Da werden Inhalationsgeräte falsch geladen, der Atem zu wenig lang angehalten und so die Medikamente wieder ausgeatmet, oder es werden zwei Hübe auf einmal inhaliert. Oder Patienten atmen nicht genug tief ein, sodass ein Grossteil in den oberen Atemwegen hängen bleibt.

Benötigt werden die Medikamente in den Bronchien, dorthin sollten sie gelangen.

Eine korrekte Inhalation ist deshalb von zentraler Bedeutung. Nur wenn das Gerät richtig angewendet wird, kann das Medikament seine volle Wirkung entfalten. Falsch inhalierte Asthma-Medikamente lassen die Beschwerden andauern, der Patient zweifelt an der Wirkung und setzt das Medikament ab. Die Folgen sind häufigere Arztbesuche oder gar Notfall-Einweisungen, weil sich die asthmatischen Beschwerden verschlimmern.

Fehlt es an der Schulung durch den Arzt oder Apotheker? Asthma-Medikamente werden nur auf Rezept abgegeben. Der Beipackzettel allein ist aber keine Hilfe für den Patienten. Denn je nach Gerät kann die Technik variieren und ist laut Dr. Turk nicht einfach: «Die Inhalationstherapie muss geschult und jeder Schritt mit dem Patienten geübt werden.» Hier liefert Lunge Zürich praktische Hilfsmittel wie Filme über die Anwendung oder kostenlose Asthmaschulung.

Info zur korrekten Inhalation:
www.lunge-zuerich.ch/anwendung.
Kostenlose Asthmaschulung:
www.lunge-zuerich.ch/durchatmen.
Gratis Tel.-Beratung: 0800 07 08 09

Handgelenk statt Leiste

Bern Bei Behandlungen mit Herzkathetern erfolgt der Zugang zum Herz meist via Leiste. Eine internationale Studie, an der die Uni Bern massgeblich beteiligt war, zeigt jetzt, dass die Methode mit einem Zugang übers Handgelenk besser abschneidet. www.unibe.ch

Zink verkürzt Erkältung

Helsinki Finnische Forscher haben herausgefunden, dass Zink bei mehr Erkältungssymptomen hilft als bisher angenommen. So verkürzt sich die Dauer von Halskratzen um 33 Prozent, von Heiserkeit um 43 Prozent und von Husten gar um 46 Prozent. www.aponet.de

Individuelle Pyramide

Bern Stellen Sie sich Ihre Lebensmittelpyramide zusammen. Das neue, kostenlose Online-Tool der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung zeigt, wie viel Sie von ihren liebsten Lebensmitteln täglich brauchen, um sich gesund zu ernähren. www.meinepyramide.ch

TIPP

Sie wollen ihr Gedächtnis fit halten? Dann versuchen Sie es mit **MUSIK**. Denn ein Instrument spielen ist ein ideales Krafttraining fürs Gehirn.