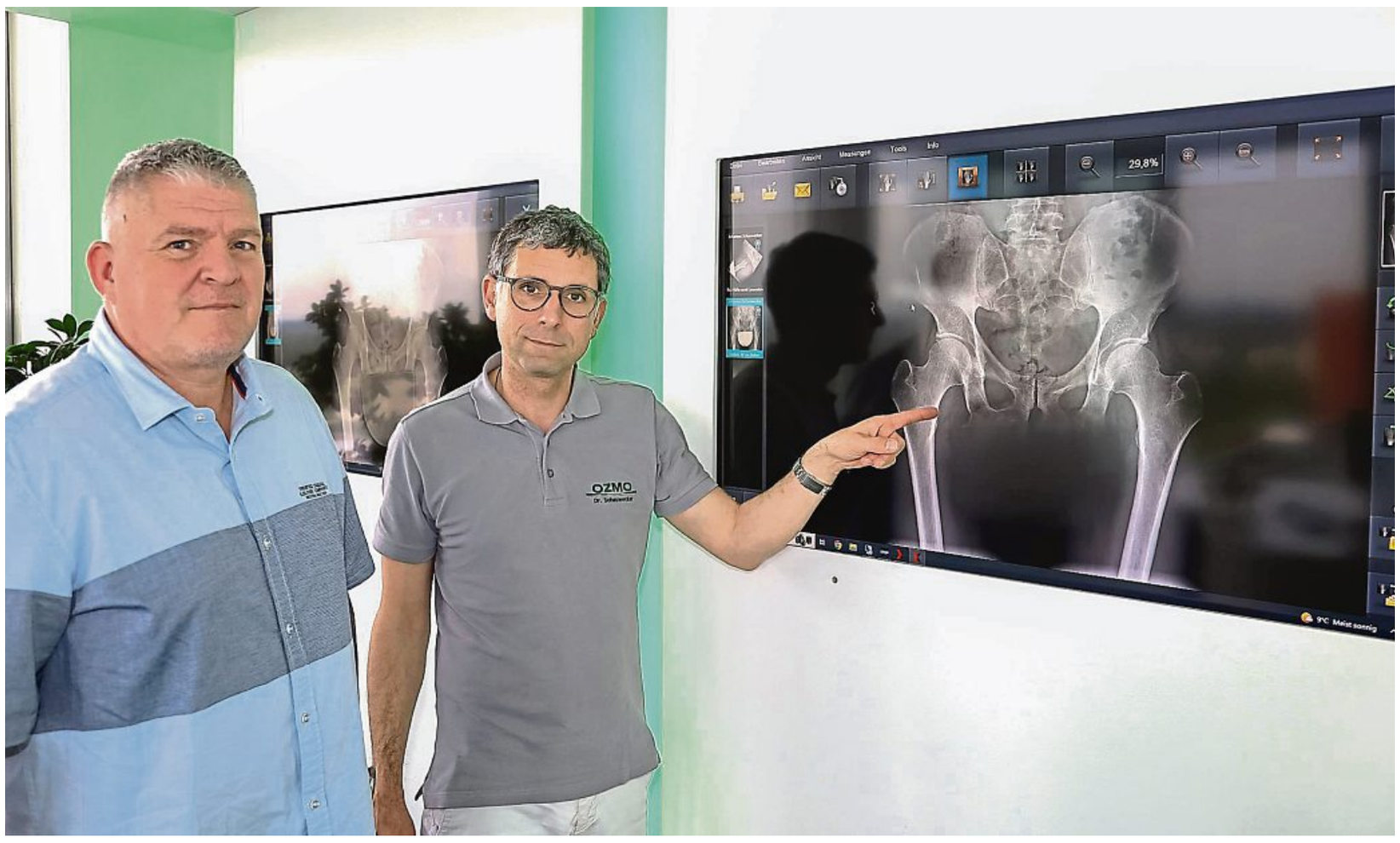
Cortison: Checken Sie Ihr Medikament

Die große Tabelle: So wirken Tabletten, Salben und Sprays – Acht Ärzte analysieren die Nebenwirkungen

Cortison? Nein, danke. Für viele Patienten ist die Einnahme des künstlich hergestellten Hormons ein No-Go. Dabei kann die Anwendung von Cortison in bestimmten Fällen sinnvoll, mitunter sogar lebensrettend sein.

VON JENNIFER BATTAGLIA



Arthrose-Patient Markus Froböse (li.) und sein Orthopäde PD Dr. Johannes Schauwecker. Das Röntgenbild zeigt die Hüfte des 57-Jährigen, dem eine Cortisonbehandlung sehr geholfen hat: „Ich bin froh, dass ich nicht mehr ständig starke Schmerzmittel schlucken muss.“ FOTO: MARKUS GÖTZFRIED

München – Die Einnahme von Cortison-Präparaten ist vielen Menschen nicht geheuer. Groß ist die Angst vor unerwünschten Nebenwirkungen. Und tatsächlich ist die Liste an möglichen Begleiterscheinungen in den Beipackzetteln lang: Heißhunger, Schlaflosigkeit, Herzklopfen, auch Knochenschwund, Gewichtszunahme oder Wassereinlagerungen. Viele Patienten wollen cortisonhaltige Medikamente gar nicht erst einnehmen.

Die Angst ist groß

Die Angst vor einer Cortison-Behandlung hält Allgemeinmediziner Dr. Markus Frühwein für unbegründet: „Man muss unterscheiden, wie viel Cortison im Körper ankommt“, sagt er. Die Art der Anwendung spielt dabei eine entscheidende Rolle. So gelangt bei cortisonhaltigen Cremes so gut wie kein Cortison über die Haut in den Blutkreislauf. Dementsprechend gering sind auch die Nebenwirkungen.

Anders ist es bei der Einnahme von Cortison-Tabletten oder der Gabe von cortisonhaltigen Spritzen und Infusionen. Auf längere Sicht können hier viele unerwünschte Begleiteffekte auftreten. Deshalb gilt: „So wenig Cortison wie möglich, so viel wie nötig“, so Frühwein. Und auch nur bei den wenigsten Krankheitsbildern müsse zwangsläufig Cortison gegeben werden.

Cortison rettet Leben

Ein wichtiges Einsatzgebiet von Cortison ist die Notfallmedizin. Das synthetisch hergestellte Hormon hat eine stark entzündungshemmende und damit abschwellende Wirkung. Bei einer schweren allergischen Reaktion rettet Cortison mitunter Leben.

Fluch und Segen

Auch bei orthopädischen Krankheiten und Beschwerden kommt Cortison immer wieder zum Einsatz. Für Dr. Johannes Schauwecker vom Orthopädie Zentrum München Ost (OZMO) sind cortisonhaltige Medikamente „Fluch und Segen zugleich. An der richtigen Stelle eingesetzt, wirkt Cortison wie eine Wunderwaffe“, sagt der Orthopäde und Unfallchirurg. Aber auch er plädiert für einen behutsamen Einsatz des Hormons.

Bei Patienten mit starken Schmerzen, zum Beispiel bei einer fortgeschrittenen Arthrose oder einem akuten Bandscheibenvorfall, kann der Griff zur Spritze sinnvoll sein. Auf Dauer wird der Patient durch eine Cortison-Therapie aber anfälliger für andere Krankheiten. Vor allem Frauen haben dann ein stark erhöhtes Osteoporose-Risiko.

Wichtig zu wissen ist außerdem, dass Cortison kein Heilmittel ist. Durch das Hormon wird das Problem nicht an der Wurzel bekämpft, sondern lediglich die Entzündung unterdrückt. „Mit der Gabe von Cortison hat man noch nichts gemacht, um den Patienten zu heilen“, sagt Orthopäde Schauwecker. Während früher Cortison als Mittel der Wahl galt, gibt es heute zahlreiche Alternativen, die einen ebenso guten Effekt auf entzündliche Prozesse im Körper zeigen – wenn auch die Behandlungen nicht so unmittelbar und schnell wirken, wie das bei Cortison der Fall ist. Dazu zählen Behandlungen mit Eigenblut- und Hyaluronsäure sowie EMTT – die extrakorporale Magnetfeldtherapie: „Häufig können Patienten dadurch die Einnahme von Cortison reduzieren, wenn nicht sogar ganz beenden.“

Patient (57) ist dankbar

Permanente Schmerzen, die kennt Markus Froböse nur zu gut. Der 57-Jährige leidet unter einer Arthrose im Hüftgelenk. Manchmal sind seine Schmerzen so groß, dass er nicht mal seinen Fuß heben kann. Dann wird sogar das Liegen zur Qual. „Ich hatte immer mal wieder Beschwerden, auch schon in meiner Jugend“, sagt er. Früher fuhr er viel Rad, spielte Fußball und trainierte sogar Bodybuilding. Die Arthrose im Hüftgelenk ist jedoch mittlerweile weit fortgeschritten, sein sportlicher Bewegungsradius entsprechend eingeschränkt: „Ich muss es langsam angehen lassen.“

Eine Spritze genügte

Im vergangenen Jahr verschlimmerten sich seine Schmerzen plötzlich rapide. Dr. Johannes Schauwecker verabreichte ihm Cortison. Einmalig wurde das Hormon ins Hüftgelenk des Patienten gespritzt. „Vor der sehr langen Nadel hatte ich Respekt“, erinnert sich Froböse an den Moment kurz vor dem Einstich. Doch am Ende war es gar nicht so schlimm. „Die Schmerzen nahmen rasch ab. Und es hält auch. Ich wollte einfach nicht mehr ständig Schmerztabletten nehmen.“ Nebenwirkungen traten bei ihm keine auf. Markus Froböse arbeitet weiterhin als Lagerbeauftragter im Schichtbetrieb: „Ich hebe täglich mehrere Tonnen Material. Da muss die Hüfte funktionieren.“ Es war auch nicht das erste Mal, dass Froböse Cortison erhielt. In den Jahren zuvor hatte er immer wieder Probleme mit dem linken Ellenbogen und der linken Schulter. Auch dagegen spritzte ihm Dr. Schauwecker wenige Male Cortison. Und auch da hat es geholfen. „Ich kann mich nicht beschweren“, so der Patient.

Allgemeinmediziner Dr. Markus Frühwein FOTO: MARCUS SCHLAF

Wichtig für die Frauen

Frauen sollten wissen: Eine hoch dosierte Einnahme von Cortison-Präparaten kann vorübergehende Auswirkungen auf den weiblichen Zyklus haben. „Die Art der Zyklusbeschwerden sind dabei ganz unterschiedlich“, sagt der Münchner Gynäkologe Prof. Dr. Tobias Weißenbacher vom MIC-Zentrum München. Es können Zwischenblutungen auftreten, der Zyklus kann sich auch verlängern oder die Periode bleibt plötzlich ganz aus. „Darüber sollten Patientinnen, die noch nicht in der Menopause sind, informiert sein“, so der Gynäkologe.

Der Gynäkologe Prof. Tobias Weißenbacher

Cortison kann sich zudem negativ auf einen bestehenden Kinderwunsch auswirken, da vorübergehend der Eisprung ausbleiben kann. Ursache dafür ist, dass das körpereigene Hormon Cortisol die Produktion der Sexualhormone beeinflusst. Fügt man dem Körper künstlich hergestelltes Cortison in Form von Tabletten oder Spritzen hinzu, nimmt die Produktion der Sexualhormone in der Regel ab.

„Zyklusunregelmäßigkeiten sind per se nicht bedenklich“, sagt Prof. Weißenbacher. Kommt es während einer Cortison-Therapie aber zu ungewöhnlich starken Regelbeschwerden, sollte die Patientin mit einem Arzt oder Gynäkologen Rücksprache halten. „Eventuell muss man die Einnahme von Cortison dann auch unterbrechen“, so Weißenbacher. Dies hänge aber stark von der jeweiligen Erkrankung ab, wegen der Cortison überhaupt verabreicht wird. „In keinem Fall sollte die Patientin die Medikation eigenmächtig beenden.“

Effekte und Nebenwirkungen: Wichtige Informationen zu unterschiedlichen Cortison-Präparaten

Art des Medikaments	Wirkstoff	Anwendungsgebiete	Anwendung/Effekt	Zu beachten	Ärztliche Einschätzung
Spray	Budesonid, Beclometason, Ciclesonid, Flunisolid, Fluticason, Mometason	Unter anderem bei Asthma bronchiale, Reizhusten, COPD (Chronisch obstruktive Lungenkrankheit).	Wirkt entzündungshemmend auf Bronchialschleimhäute; bei Asthma ein- oder zweimal pro Tag inhalieren, bei Reizhusten vorübergehend, bei fortgeschrittener COPD unter bestimmten Voraussetzungen.	Nach dem Inhalieren den Mund ausspülen, da ansonsten Pilzbefall droht. Bei sensiblen Patienten kann es vorübergehend zu Heiserkeit kommen.	Professor Jürgen Behr vom LMU-Klinikum: „Bei Asthma sind cortisonhaltige Sprays das Therapeutikum der Wahl. Nur ein geringer Anteil gelangt durch die Inhalation ins Blut und macht dementsprechend wenig Nebenwirkungen.“
Cremes, Salben oder Schaum	Glukokortikoide	Unter anderem bei entzündlichen Hauterkrankungen wie Hautekzeme, Neurodermitis, Psoriasis (Schuppenflechte).	Entzündungshemmende, abschwellende Wirkung. Die Mittel werden je nach Präparat ein- oder merhmals täglich direkt auf die Haut aufgetragen.	Die Behandlung nicht abrupt beenden, anderenfalls kann sich das Hautekzem wieder verschlechtern. Der Großteil cortisonhaltiger Cremes und Salben ist verschreibungspflichtig.	Dr. Christoph Liebich von der Praxis Dermazent: „Systemische Nebenwirkungen müssen Patienten bei der äußeren Anwendung von Cortison in der Regel nicht befürchten. Wo die Haut dünner ist, am Hals oder um die Augen, gibt man wirkstoffschwächere Cortison-Cremes als am Rest des Körpers.“
Tropfen	Dexamethason, Fluorometholon, Hydrocortison und Prednisolon	Unter anderem bei allergischer Bindehautentzündung, bei trockenen Augen und nach Operationen am Auge.	Ein- bis mehrmals täglich; lokale Entzündungen werden unterdrückt, das Auge wird weniger trocken.	Die Tropfen sind mit oder ohne Konservierungsstoffe erhältlich. Bei Langzeitanwendung gilt für alle Cortison-Präparate: Der Augeninnendruck erhöht sich und dadurch steigt die Gefahr für grünen Star. Bei jungen Patienten steigert sich durch Cortison das Risiko für grauen Star (Trübung der Linse).	Prof. Michael Janusz Koss vom Augenzentrum Nymphenburger Höfe: „Bei einer längerfristigen Gabe von Cortison sollte ein Augenarzt immer involviert werden, da sich der Augendruck der Patienten und damit ihre Gefahr für die Ausbildung eines grünen Stars erhöhen kann.“
Tabletten	Prednisolon	Unter anderem bei Allergien, Autoimmunerkrankungen z.B. Multiple Sklerose oder Rheuma, bei Darmleiden wie Morbus Crohn oder Colitis ulcerosa, bei chronisch entzündlichen Hauterkrankungen oder der Lungenkrankheit COPD oder Schultersteife.	Entzündungshemmende Wirkung. Die Tabletten werden in der Regel einmal pro Tag eingenommen.	Bei Langzeitanwendung sollten Vitamin D (1000 IE pro Tag) sowie Calcium eingenommen werden, da das Risiko für eine Osteoporose durch die Cortison-Behandlung vor allem bei Frauen stark ansteigt.	Dr. Rainer Dörfler, Rheumatologe von der München Klinik Bogenhausen: „Bei kurzzeitiger Anwendung, auch in hochdosierter Form, ist Cortison in der Regel kein Problem. Langfristig sollte es aber das Ziel sein, Cortison möglichst wegzulassen.“
Infusionen	Prednisolon	Unter anderem in der Notfallmedizin bei einem anaphylaktischen Schock, z.B. nach Insektenstich, bei einem akuten MS-Schub, akuter Hörsturz oder Bandscheibenvorfall.	Hochdosierte, aber kurzzeitige Anwendung – einmalig oder mehrere Male für drei bis fünf Tage; stark entzündungshemmende Wirkung mit in der Regel sehr schneller Besserung der Beschwerden.	Nebenwirkungen wie Schlafstörungen, Hitzewallungen und Blutzuckerstörungen möglich.	Franziska von Meyer, HNO-Ärztin am Klinikum rechts der Isar: „Cortison-Infusionen werden in der HNO-Medizin vor allem beim akuten Hörsturz eingesetzt. Bei kurzzeitiger Anwendung sind keine langfristigen Nebenwirkungen zu erwarten.“
Spritzen	Triamcinolon Dexamethason	Unter anderem in der Notfallmedizin bei anaphylaktischem Schock z. B. nach einem Bienenstich, bei Arthrose, Bandscheibenvorfall, Karpaltunnelsyndrom, Schleimbeutelentzündungen oder Schnappfingern.	Stark entzündungshemmende Wirkung; die Spritze wird einmalig verabreicht und mitunter auch wiederholt.	An der Einstichstelle kann es zu Schwellungen wie auch zu Nekrosen (Absterben des Unterhautfettgewebes) kommen.	Dr. Markus Frühwein, Allgemeinmediziner in München: „In der Notfallmedizin ist Cortison ein lebensrettendes Mittel, darauf möchte keiner verzichten.“

Wichtige Hinweise: Die Angaben in unserer Tabelle dienen nur zur Orientierung und ersetzen keinesfalls einen Arztbesuch. Cortison-Präparate sind in der Regel verschreibungspflichtig und sollten nur nach Rücksprache mit einem Arzt verwendet werden. Über 30 verschiedene Wirkstoffe in unterschiedlichen Stärken zählen zur Gruppe der sogenannten Glukokortikoide. Sie werden in vier Gruppen eingeteilt: schwache Glukokortikoide wie Hydrokortison und Prednisolon, mittelstarke Glukokortikoide wie Prednicarbat und Methylprednisolonaceponat, starke Glukokortikoide wie Betamethasonvalerat und Mometasonfuroat und sehr starke Glukokortikoide wie Clobetasol.