

Behandlung mit Cortison *Eine Information für Patienten*

Liebe Patientin, lieber Patient,
bei Ihnen ist eine Behandlung mit Cortison erforderlich.

Was ist Cortison?

Cortison ist ein lebensnotwendiges Hormon, das der Körper selbst in der Nebennierenrinde herstellt. In hohen Dosen wirkt dieses Hormon stark entzündungshemmend. Das wird in der Behandlung Ihrer Erkrankung genutzt. Cortison, Glucocorticoide und Steroide sind verschiedene Namen für die gleiche Medikamentengruppe. Die einzelnen Präparate unterscheiden sich in ihrer Wirkstärke und in ihren Nebenwirkungen. Ein häufig eingesetzter Cortisonwirkstoff heißt Prednisolon.

Ihnen wird folgendes Cortison-Präparat empfohlen:

Wann tritt eine Wirkung ein?

Eine Besserung tritt sehr rasch innerhalb von Stunden bis Tagen ein.

Wie wird die Behandlung mit Cortison durchgeführt?

Die für Sie erforderliche Dosis richtet sich nach Ihrer Erkrankung. In der Regel wird mit einer hohen Cortisondosis begonnen, um Ihre Erkrankung schnell zu bessern. So bekommen Sie zu Beginn zum Beispiel 30 mg oder auch 250 mg Prednisolon täglich. Wenn eine Wirkung eingetreten ist, wird Ihr Arzt die Dosis reduzieren und, wenn möglich, die Behandlung auch beenden.

Was ist eine Low-dose-Therapie?

Darunter versteht man eine längerfristige Cortisonbehandlung mit einer möglichst niedrigen Dosis. Ihr Arzt wird mit Ihnen gemeinsam die für Sie gerade noch wirksame Cortisonmenge ermitteln. Dazu wird er in kleinen Schritten die Dosis abbauen, zum Beispiel alle 4 Wochen um 1 mg Prednisolon. Die Dosis sollte so niedrig wie möglich sein, um das Risiko unerwünschte Wirkungen zu verringern. Inzwischen weiß man, dass selbst geringe Cortisonmengen wie z. B. 3 - 6 mg Prednisolon wirksam sind.

Was müssen Sie bei einer Cortisonbehandlung unbedingt beachten?

Sie nehmen Ihre Cortisontabletten morgens auf einmal ein, am besten in der Zeit zwischen 6 und 8 Uhr. Der Körper produziert in den frühen Morgenstunden das meiste Cortison, so dass eine Einnahme morgens die körpereigene Hormonbildung am wenigsten stört. Manchmal ist es erforderlich, dass auch abends noch eine geringe Cortisondosis eingenommen werden muss. Darüber entscheidet Ihr Arzt.

Wie lange wird die Behandlung mit Cortison durchgeführt?

Die Behandlungsdauer richtet sich nach Ihren Beschwerden und Ihren medizinischen Befunden. Bei Besserung kann die Dosis nach Rücksprache mit Ihrem Arzt reduziert oder die Behandlung ganz beendet werden. Häufig ist aber gerade bei chronischen Erkrankungen eine längerfristige, niedrig dosierte Cortisontherapie erforderlich.

Können Nebenwirkungen auftreten?

Da Cortison nicht nur bei rheumatischen Erkrankungen, sondern auch zum Beispiel bei Asthma oder entzündlichen Darmerkrankungen eingesetzt wird, haben viele Patienten schon etwas über die Cortisonbehandlung gehört. Sie haben häufig Angst vor möglichen Nebenwirkungen. Cortisonschäden sind heute aber viel seltener als in der Anfangszeit der Cortisonbehandlung, weil mittlerweile bekannt ist, dass gerade die Dosierung und die Behandlungszeit eine große Bedeutung für das Auftreten von unerwünschten Wirkungen haben. Kurzfristig können auch höhere Dosen ohne Bedenken eingenommen werden. Für eine längerfristige Therapie wird Ihr Arzt stets versuchen, eine möglichst geringe Dosis zu wählen. Die Nebenwirkungen sind inzwischen gut bekannt und können durch entsprechende Untersuchungen rechtzeitig erfasst wer-

den. Dies erfordert allerdings, dass Sie regelmäßig die Kontrolluntersuchungen bei Ihrem Arzt durchführen lassen. Sollte eine unerwünschte Wirkung bei Ihnen eintreten, so bildet sich diese nach Absetzen der Cortisonbehandlung oft zurück. Beenden Sie aber niemals Ihre Cortisontherapie ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt!

Welche Nebenwirkungen können auftreten?

Unerwünschte Wirkungen treten vor allem bei langfristiger und hochdosierter Cortisonbehandlung auf, bei niedrigeren Dosen sind sie seltener. Viele Patienten berichten über ein stärkeres Hungergefühl. Es kann auch zu einem runderem Gesicht oder einer Muskelschwäche kommen. Einige Patienten bemerken Veränderungen an der Haut, wie z. B. vermehrt Pickel oder kleinere Blutungen. Gelegentlich kommt es zu psychischen Reaktionen auf eine Cortisontherapie. Einige fühlen sich euphorisch, seltener sind Depressionen. Sollten Sie schon einmal an einer Depression erkrankt sein, sagen Sie dies ihrem Arzt. Eine Entkalkung der Knochen, eine sogenannte Osteoporose, kann sich besonders bei einer längeren und höher dosierten Cortisontherapie entwickeln. Deswegen erhalten viele zusätzlich Calcium und Vitamin D, um einer Osteoporose vorzubeugen. Gelegentlich kommt es auch zu Blutzuckersteigerungen, die eine entsprechende Behandlung erfordern. Magenschleimhautentzündung und Magengeschwüre treten meist auf, wenn gleichzeitig andere Medikamente, wie z. B. cortisonfreie Entzündungshemmer (NSAR) oder Acetylsalicylsäure (z. B. Aspirin, ASS) eingenommen werden. Wenn Sie Fieber haben oder wenn andere Hinweise auf eine Infektion vorliegen, suchen Sie Ihren Arzt umgehend auf. Ungewöhnlich starker Durst und häufiges Wasserlassen können auf eine Zuckerkrankheit hinweisen. Sollten bei Ihnen solche Beschwerden auftreten, informieren Sie ebenfalls Ihren Arzt.

Worauf sollten Sie selbst während einer Cortisontherapie achten?

Eine Cortisonbehandlung darf niemals ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt abgebrochen werden, denn durch die Therapie ist die körpereigene Cortisonproduktion möglicherweise unterdrückt. Es kann sonst zu gefährlichen Mangelerscheinungen kommen, da Ihr Körper nicht in der Lage ist, sofort wieder eine ausreichende Cortisonmenge herzustellen. Außerdem wird sich Ihre Erkrankung verschlechtern. Durch eine calciumreiche Ernährung können Sie dazu beitragen, dass sich eine Osteoporose möglichst nicht entwickelt oder, falls bei Ihnen schon eine Osteoporose bestehen sollte, nicht verschlechtert. Jeden Tag sollten Sie etwa 1 - 1,5 g Calcium zu sich nehmen. Viel Calcium ist zum Beispiel in Milch (1 l Milch = 1,2 g Calcium) und Milchprodukten, wie Käse oder Jogurt, enthalten. Außerdem sollten Sie besonders während einer Cortisontherapie auf eine ausgeglichene eiweiß- und vitaminreiche Ernährung achten. Wichtig ist eine salzarme Kost, um Wassereinlagerungen zu vermeiden. Sie sollten sich einmal wöchentlich wiegen und Ihr Gewicht aufschreiben. Bei einer Gewichtszunahme überprüfen Sie Ihre Ernährung: Wie viel Kalorien habe ich täglich zu mir genommen? Sprechen Sie außerdem mit Ihrem Arzt, ob möglicherweise Wassereinlagerungen vorliegen können.

Wie oft müssen die Kontrolluntersuchungen bei Ihrem Arzt durchgeführt werden?

Die notwendigen Kontrollen richten sich nach Ihrer Erkrankung und der deswegen erforderlichen Cortisondosis. Ihr Arzt entscheidet, wie oft Sie zu einer Untersuchung in die Praxis kommen sollen. Zusätzlich sollte bei längerfristiger Cortisontherapie einmal im Jahr eine augenärztliche Untersuchung erfolgen.

Was ist außerdem noch während der Behandlung zu beachten?

- Informieren Sie Ihren Arzt über alle Medikamente, die sie außerdem noch einnehmen.
- Sie sollten regelmäßig Aufzeichnungen über Ihre Medikation führen (z. B. in einem Medikamentenpass) und diese mit sich führen.
- Die Behandlung mit Cortison kann auch während einer Schwangerschaft oder Stillzeit fortgesetzt werden. Sprechen Sie mit Ihrem Arzt.
- Fragen Sie bei jeder Spritze, die Sie wegen Ihrer Gelenksbeschwerden in den Muskel bekommen sollen, ob sie Cortison enthält. Diese Behandlungsform ist veraltet, da sie stärkere Nebenwirkungen als eine Therapie mit Cortisontabletten hat.

Bei weiteren Fragen rufen Sie uns bitte an!

Ich bestätige, das Merkblatt der Deutschen Gesellschaft für Rheumatologie zur Therapie mit Cortison für Patienten erhalten zu haben.

Datum, Unterschrift des Patienten