



ELTERNRATGEBER

Wie inhaliere ich richtig?

II. Inhalieren mit Dosieraerosol und Inhalierhilfe (Spacer, Vorschaltkammer)

Stand 04/2024



Dieser und weitere
Elternratgeber

ELTERNRATGEBER

Wie inhaliere ich richtig?

II. Inhalieren mit Dosieraerosol und Inhalierhilfe (Spacer, Vorschaltkammer)

Thomas Spindler, Friedrichshafen am Bodensee, und Robert Jaeschke, Wangen

Liebe Eltern,

die korrekte Inhalation mit einem Dosieraerosol *ohne* Inhalierhilfe ist ein ausgesprochen anspruchsvoller und komplexer Vorgang. Aus diesem Grunde kommt diese Form der Inhalation nur für Jugendliche in Betracht – und dies nur, wenn die korrekte Inhalationstechnik angeleitet und auch regelmäßig überprüft wird. *Mit* einer Inhalierhilfe wird der Inhaliervorgang allerdings deutlich einfacher, wie im Folgenden erklärt wird.

Zudem kommt bei Benutzung einer Inhalierhilfe eine deutlich größere Menge des Medikaments in den Bronchien an. Dies bedeutet zum einen, dass hierbei im Vergleich zu anderen Inhaliermethoden eine geringere Menge des Medikaments zu einer gleich guten Wirkung führt. Zum anderen treten bei der Inhalation mit Inhalierhilfe im Falle von Kortison Nebenwirkungen, wie z. B. Heiserkeit, deutlich seltener auf – schließlich ist weniger Kortison zur Therapie nötig. **Insbesondere die Inhalation von Kortisonpräparaten sollte deshalb immer über eine Inhalierhilfe erfolgen, wenn ein Dosieraerosol verordnet wurde.**

Was ist eine Inhalierhilfe?

Bei Inhalierhilfen handelt es sich um Hohlraumssysteme aus Kunst-

stoff oder Metall, die häufig auch als „Spacer“ bezeichnet werden. Reine Verlängerungen des Mundstücks sind nicht empfehlenswert.

Die Inhalierhilfen erleichtern den Inhalationsvorgang, da das Medikament zunächst in den Hohlraum gesprüht wird und dann erst zeitlich versetzt eingeatmet wird. Für Ihr Kind ist die Inhalation mit dem Dosieraerosol deshalb durch Nutzung dieses Systems deutlich leichter, da das Auslösen des Sprühstoßes nicht mit der Einatmung koordiniert werden muss.

Inhalierhilfen bieten viele Vorteile.



- ▮ Sie erleichtern die Koordination der Inhalation.
- ▮ Sie steigern die Menge des Wirkstoffs, die in der Lunge ankommt.
- ▮ Sie verringern die Menge des Wirkstoffs, die im Mund und Rachen verbleibt.

Wie oben erwähnt, sollen insbesondere kortisonhaltige Dosieraerosole grundsätzlich nur über eine Inhalierhilfe inhaliert werden.

Eigenschaften einer „guten“ Inhalierhilfe

Grundsätzlich sind Inhalierhilfen zu empfehlen, wenn sie die folgenden Eigenschaften erfüllen:

- ▮ Ausreichend großes Volumen (150–200 ml),
- ▮ universeller Ansatz für verschieden geformte Mundstücke von Dosieraerosolen,
- ▮ Einatemventil, das die Rückatmung in das Gerät verhindert und
- ▮ Verwendbarkeit mit Mundstück oder Maske.

Verwendet Ihr Kind bisher eine Gesichtsmaske, sollte die Umstellung von der Gesichtsmaske auf das Mundstück so früh wie möglich (ab dem Alter von 2 Jahren) erfolgen, da bei Benutzung einer Maske ein Teil des Medikaments in der Nase landet und nicht in den Bronchien ankommt.

Ablauf einer Inhalation mit Inhalierhilfe



1

Schütteln des Dosieraerosols, damit sich der Wirkstoff mit dem Treibmittel vermischt.



2

Abnehmen der Schutzkappe vom Dosieraerosol.



3

Aufstecken des Dosieraerosols auf die passende Inhalierhilfe.



4

Aufstehen, in der Regel sollte im Stehen inhaliert werden, und vollständig ausatmen.



5

Mundstück der Inhalierhilfe in den Mund nehmen, die Schneidezähne auf das Mundstück auflegen und mit den Lippen vollständig umschließen – dabei Dosieraerosol und Inhalierhilfe gerade halten.



6

Auslösen eines Sprühstoßes.



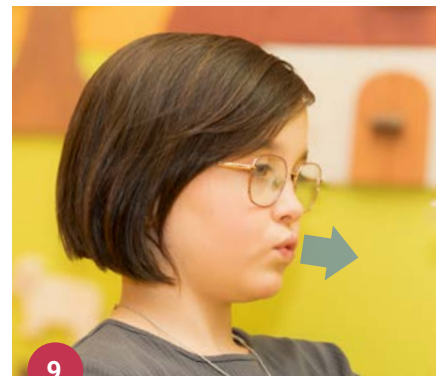
7

Langsam und tief einatmen – dabei darauf achten, dass möglichst nur durch den Mund und nicht gleichzeitig durch die Nase eingeatmet wird.



8

Luft anhalten und bis fünf zählen – dabei kann das Mundstück auch aus dem Mund genommen werden.



9

Durch das Gerät wieder vollständig ausatmen oder das Gerät absetzen und mit leicht aneinander gelegten Lippen ausatmen.

- 10 Schritt 7 bis 9 je nach Alter des Kindes insgesamt 3- bis 5-mal direkt nacheinander durchführen.
- 11 Falls mehrere Hübe ärztlich verordnet wurden, erneuten Sprühstoß in die Kammer geben und dann die Schritte 6 bis 10 durchführen.
- 12 Abnehmen des Dosieraerosols von der Inhalierhilfe und Aufstecken der Schutzkappe.
- 13 Hygienisches Verpacken des Dosieraerosols und der Inhalierhilfe.
- 14 Evtl. Ausspülen des Mundraums, etwas essen oder Zähne putzen (immer bei Kortisoninhalation!).
- 15 Falls vereinbart: Ausfüllen des Inhalationstagebuchs.

Fazit

Insgesamt ist die Inhalation eines Dosieraerosols mit Inhalierhilfe eine effiziente und einfache Form der Inhalation selbst bei Kindern oder Jugendlichen, die keine andere Form der Inhalation beherrschen.

I Diesen und weiteren Elternratgeber finden Sie [hier](#)



Weitere Elternratgeber zu diesem Thema folgen:

- I Teil III: Inhalieren mit einem atemzugesteuerten Dosieraerosol
- I Teil IV: Inhalieren mit Pulverinhalatoren
- I Teil V: Inhalieren mit einem Kompressionsvernebler (Nassinhalation)

Dr. med. Thomas Spindler

MVZ der Klinik für Kinder und Jugendliche
Allergologisch-pneumologische
Spezialambulanz
Röntgenstraße 2
88045 Friedrichshafen am Bodensee

Dr. Robert Jaeschke

Fachkliniken Wangen
Waldburg-Zeil Kliniken,
Fachkliniken Wangen
Am Vogelherd 14
88239 Wangen

Reinigung der Inhalierhilfe

Inhalierhilfen sollten regelmäßig gereinigt werden. Eine klare Vorgabe, wie häufig dies zu erfolgen hat, gibt es nicht (Sichtkontrolle). Grundsätzlich sollten aber die Angaben des Herstellers berücksichtigt werden. Bei der Reinigung von Inhalierhilfen ist Folgendes zu beachten:

- I Ausspülen mit klarem Wasser oder Zusatz von normalem Spülmittel.
- I Reinigung in der Spülmaschine ist möglich.
- I Gründlich mit klarem Wasser abspülen.
- I Trocknen lassen, d. h. nicht mit Tüchern trockenreiben.
- I Gegebenenfalls trockenföhnen.

Bei Erstgebrauch und nach jeder Reinigung sollte ein Sprühstoß des Medikaments in die Inhalierhilfe gegeben werden, um die Wände zu benetzen („Primen“ des Spacers). Dieser Sprühstoß sollte dort verbleiben, also nicht eingeatmet werden.



Zur Reinigung sollte die Inhalierhilfe mit Wasser ausgespült und zum Trocknen aufgestellt werden.

Fotos 1 und 2: © GPAU e.V., Johannes Siegmund.

Fotos 3 bis 9: Vielen Dank an Selma und das Dresdner Team.