

ELTERNRATGEBER

Wie inhaliere ich richtig?

I. Grundlagen, Inhalieren mit Dosieraerosol

Stand 10/2023



Dieser und weitere
Elternratgeber

ELTERNRATGEBER

Wie inhaliere ich richtig?

I. Grundlagen, Inhalieren mit Dosieraerosol

Thomas Spindler, Friedrichshafen, und Robert Jaeschke, Wangen

Liebe Eltern,

Ziel des Inhalierens ist es, Medikamente direkt an den Ort des Wirkens – die Bronchien – zu bringen, ohne dass diese zuerst durch den gesamten Blutkreislauf gehen müssen. So wird mit einer minimalen Menge des Medikaments eine größtmögliche Wirkung erreicht und Nebenwirkungen treten, wenn überhaupt, nur in sehr geringem Maße auf. Eine Inhalationstherapie kann nur optimal wirken, wenn sie korrekt erfolgt und bei einer Dauerbehandlung regelmäßig über einen langen Zeitraum hinweg durchgeführt wird. Diese Elternratgeberreihe möchte Sie über die Grundlagen und die korrekte Anwendung der verschiedenen Formen der Inhalation informieren.

Grundlagen der Inhalation

Entscheidend ist, dass eine möglichst große Menge des Wirkstoffs in den Bronchien abgelagert (deponiert) wird. Dies hängt ab von

- der Teilchengröße des Wirkstoffs,
- der Einatemgeschwindigkeit,
- einem genügend langen Luftanhalten (die Medikamententeilchen brauchen Zeit zum Ablagern) und
- der Fähigkeit der korrekten Anwendung des Geräts.

Grundvoraussetzung ist die Bereitschaft und Motivation, die Inhalationsbehandlung mit dem verordneten Medikament und geeigneten Gerät konsequent durchzuführen. Es mag wie eine Binsenweis-

heit klingen, ist aber sicherlich eine der wichtigsten Aussagen, die in der Inhalationstherapie gemacht werden können: Medikamente wirken nur dann, wenn sie genommen werden und vor allem, wenn sie richtig eingenommen werden.

Inhalationsformen

Die Inhalationsformen lassen sich grundsätzlich unterscheiden in

- die **Trockeninhalation** über ein Dosieraerosol (Spray) oder einen Pulverinhalator und
- die **Nass- oder Feuchteinhalation** über einen elektrisch betriebenen Vernebler.

Ihre Ärztin bzw. Ihr Arzt für Kinder- und Jugendmedizin wird mit Ihrem Kind und Ihnen die Inhalationsform auswählen, welche von Ihrem Kind am besten beherrscht und akzeptiert wird und möglichst einfach durchgeführt werden kann. Wird das Dosieraerosol ausgewählt, erhalten Sie dazu nähere Informationen in diesem Ratgeber. Möchten Sie etwas zu anderen Inhalationsformen erfahren, lesen Sie bitte die anderen Ratgeber dieser Reihe zum Thema Inhalieren.

Inhalieren mit dem Dosieraerosol (Spray)

In einem Dosieraerosol schweben Medikamententeilchen in einem FCKW-freien Treibgas oder sind darin gelöst. Die korrekte Inhalation mit einem Dosieraerosol ohne Inhalierhilfe ist ein ausgesprochen komplexer Vorgang. Deshalb ist diese Form der Inhalation in der Regel frühestens ab dem Schulalter geeignet, eher erst ab dem 10. Lebensjahr. Insbesondere Kortison sollte als Dosieraerosol grundsätzlich nur mit Inhalierhilfe (auch Spacer genannt) angewandt werden; Näheres im ER Teil II.



Durchführung:



1 Schütteln des Dosieraerosols, damit sich Wirkstoff und Treibmittel vermischen.



2 Abnehmen der Schutzkappe vom Dosieraerosol.



3 Aufrecht sitzen oder besser aufrecht stehen. Vollständig ausatmen und noch nicht wieder einatmen, bis das Mundstück des Dosieraerosols vom Mund umschlossen ist.



4 Mundstück des Dosieraerosols in den Mund nehmen, die Zähne darauflegen und mit den Lippen vollständig umschließen (dabei den Kopf gerade oder leicht nach hinten geneigt halten).



5 Spray zum Auslösen eines Sprühstoßes zu Beginn (nicht vor, sondern während!) eines langsamen, langen und tiefen Einatemzugs durch den Mund drücken (dabei darauf achten, dass möglichst nur durch den Mund und nicht gleichzeitig durch die Nase eingeatmet wird – ggf. Nasenklammer verwenden).



6 Luft anhalten und langsam bis 5 zählen.



7 Das Mundstück aus dem Mund nehmen und mit leicht aufeinandergelegten Lippen ausatmen.

8 Falls die Inhalation von mehreren Hüben ärztlich verordnet wurde, dann Schritt 3 bis 7 wiederholen.

9 Aufstecken der Schutzkappe.

10 Hygienisches Verpacken des Dosieraerosols.

11 Evtl. Ausspülen des Mundraums oder Putzen der Zähne.

12 Wenn mit einem Kortisonspray inhaliert wurde, sollte man danach etwas trinken oder essen.

Kortisonsprays sollen grundsätzlich mit Inhalierhilfe inhaliert werden, s. Elternratgeber, Teil II.

13 Falls vereinbart: Ausfüllen des Inhalationstagebuchs.

Weitere Elternratgeber zu diesem Thema folgen:

- I Teil II:** Inhalieren mit Dosieraerosol und Inhalierhilfe (Spacer)
- I Teil III:** Inhalieren mit einem atemzuggesteuerten Dosieraerosol
- I Teil IV:** Inhalieren mit Pulverinhalatoren
- I Teil V:** Inhalieren mit einem Kompressionsvernebler (Nassinhalation)

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



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
Am Vogelherd 14 | 88239 Wangen