

## COPD

### Unterschiede bei Inhalier-Geräten

Wer COPD hat, inhaliert in der Regel seine Medikamente. Dafür gibt es unterschiedliche Geräte. Damit das Medikament tief in die Lunge gelangt, kommt es auf die richtige Technik an. Daher ist es wichtig, dass Sie sich erklären lassen, welches Inhalier-Gerät für Sie gut geeignet ist und wie Sie es anwenden.

#### Welche Geräte gibt es?

Es gibt verschiedene Geräte, um COPD-Medikamente zu inhalieren. Sie sind unterschiedlich anzuwenden. Welches Gerät für Sie am besten geeignet ist, hängt von vielen Umständen ab. Dazu gehört, wie gut Sie das Gerät handhaben können und welches Sie gerne mögen.

Folgende Geräte können in Frage kommen:

##### » Dosier-Aerosol (Spray)

Ein Dosier-Aerosol versprüht das COPD-Medikament. Es erreicht die Lunge in vielen winzigen Tröpfchen oder Teilchen. So wenden Sie es an:

**Schütteln** Sie das COPD-Spray kräftig, bevor Sie inhalieren. Dann atmen Sie tief aus, nehmen das Mundstück zwischen die Lippen und umschließen dieses fest.

In der Regel lösen Sie den Sprühstoß („Hub“) mit der Hand aus. Das Einatmen muss genau auf den Sprühstoß abgestimmt sein: Sie sollten **gleichzeitig drücken und tief einatmen**. Wichtig dabei ist, langsam einzuatmen. Ansonsten bleiben Wirkstoff-Teilchen in Mund und Rachen hängen und kommen nicht in der Lunge an.

Danach nehmen Sie das Gerät aus dem Mund und **halten für mindestens 5 Sekunden die Luft an**. Andernfalls kann es passieren, dass Sie Wirkstoff-Teilchen wieder ausatmen, bevor diese sich in der Lunge ablagern können. Dann atmen Sie langsam aus.



© yamix - stock.adobe.com

**Wenn Sie mit einem herkömmlichen Spray nicht zurechtkommen**, gibt es sogenannte *Spacer* als Hilfsmittel. Den *Spacer* setzen Sie auf das Mundstück. Das Medikament gelangt mit dem Sprühstoß zunächst in die geschlossene Vorschaltkammer, aus der Sie dann im Anschluss inhalieren.

Als Hilfe gibt es auch *atemzuggesteuerte* Dosier-Aerosole. Hierbei müssen Sie **nur am Mundstück saugen**, nachdem Sie das Gerät gespannt haben. So lösen Sie den Sprühstoß aus. Das Medikament kommt direkt aus dem Gerät, wenn Sie einatmen. Sie brauchen nicht gleichzeitig zu drücken.

##### » Pulver-Inhalator

Die pulverhaltigen Geräte gibt es in mehreren Formen. Auch hier müssen Sie **vor der Inhalation ausatmen**. Aber **keinesfalls in das Gerät**, sonst verklumpt das Pulver.

Im Gegensatz zu Aerosol-Sprays müssen Sie den Sprühstoß nicht extra auslösen und auf das Gerät drücken. Es reicht, wenn Sie an dem Gerät saugen. Allerdings erfordert die Inhalation hier deutlich mehr Kraft. Sie müssen möglichst **stark und schnell einatmen**, damit die Pulver-Teilchen im Gerät wirklich bis in die Lunge gelangen. Setzen Sie das Gerät anschließend ab und halten Sie für **mindestens 5 Sekunden** die Luft an. Danach **atmen Sie langsam über die fast geschlossenen Lippen aus**.

Nicht jeder kann ausreichend kräftig und tief einatmen. Daher sind Pulver-Inhalatoren bei sehr ausgeprägten COPD-Beschwerden weniger gut geeignet.

## » Vernebler

Ein Vernebler ist meist ein elektrisches Inhalier-Gerät (Ausnahme Sprühvernebler: diese ähneln in der Handhabung den Dosier-Aerosolen und funktionieren rein mechanisch). Verwenden Sie hier zur Inhalation stets ein Mundstück, keine Gesichtsmaske! Atmen Sie den vom Gerät erzeugten Nebel wie bei den Sprays **langsam und tief** ein, halten Sie den Atem für **mindestens 5 Sekunden** an und atmen Sie dann **über das Mundstück** wieder aus.

Das Inhalieren dauert hierbei länger als bei anderen Geräten. Danach muss man die Geräte-Teile reinigen und trocknen, damit sich keine Keime ansammeln. Außerdem sind die meisten Vernebler zu groß, um sie unterwegs zu benutzen.

## Was kann ich selbst tun?

Nur mit der richtigen Technik kann das Medikament in Ihrer Lunge ankommen und dort gut wirken. Die korrekte Inhalations-Technik müssen Sie lernen. Man versteht nicht automatisch, wie die Geräte funktionieren. Ohne Erklärung und Übung können Sie viele Fehler machen. Deshalb soll Ihnen Ihr Behandlungsteam zeigen, wie Sie das Gerät benutzen. Am besten ist es, wenn Sie gemeinsam das Inhalieren üben. Auch in der Apotheke erklärt man Ihnen, wie Ihr Gerät funktioniert und zeigt Ihnen die Anwendung. Weitere Informationen erhalten Sie im Beipackzettel. Außerdem finden Sie Informationen zu den Inhalier-Geräten auf der Webseite der Deutschen Atemwegsliga e. V.: [www.atemwegsliga.de/richtig-inhalieren.html](http://www.atemwegsliga.de/richtig-inhalieren.html).

Darüber hinaus lernen Sie auch in einer Schulung, wie man inhaliert. Hier erfahren Sie außerdem, wie Sie mit Ihrer Erkrankung umgehen können und was im Notfall zu tun ist. Eine Schulung wird für alle Menschen mit COPD empfohlen.

Vor allem aber unterstützt Sie Ihre Ärztin oder Ihr Arzt bei der Wahl des richtigen Gerätes und beim Üben. Lassen Sie sich erklären:

- welche Vor- oder Nachteile die Inhalier-Geräte haben;
- warum das empfohlene Gerät für Sie das richtige ist;
- welche Schutzkappen oder Hüllen Sie vor dem Gebrauch entfernen müssen;
- wie Sie das Gerät halten sollten;
- wie Sie beim Inhalieren atmen sollten;
- warum es bei Pulver-Inhalatoren und Sprays wichtig ist, dass Sie das Gerät beim Ausatmen vom Mund weg halten;
- ob und wie Sie das Gerät reinigen sollten;
- wie Sie das Gerät aufbewahren sollen;
- ob, wann und wie Sie das Gerät nachfüllen müssen;
- ob und wann das Gerät ersetzt werden muss.

Auch wenn man das Gerät täglich anwendet, können sich Fehler einschleichen. Führen Sie deshalb Ihrer Ärztin, Ihrem Arzt oder in der Apotheke regelmäßig vor, wie Sie das Gerät benutzen.

**Empfehlung:** Besprechen Sie gemeinsam mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, welches Inhalier-Gerät für Sie in Frage kommt. Lassen Sie sich in Ihrer Arztpraxis oder Ihrer Apotheke genau erklären und zeigen, wie Sie das Inhalations-Gerät anwenden sollten. Außerdem sollten Sie selbst regelmäßig vorführen, wie Sie inhalieren.