



Mission gestartet: Die Ambassadors Alena Ehrenbold (Profisurferin) und Kariem Hussein (Leichtathlet) sowie Claudia Steurer-Stey (Fachärztin für Lungenerkrankungen, Mitte) werben für ihr Anliegen «Asthma verstehen lernen». F. GFELLER

# Mission «Freier atmen»

**Asthma** Viele behandeln ihre chronische Lungenerkrankung nicht richtig - obwohl sie so ein beschwerdefreies Leben führen könnten

VON ANJA HUBER

Pfeifende Atemgeräusche und Husten bis hin zu Atemnot und beklemmender Enge in der Brust - das sind typische Symptome einer Asthmaerkrankung. Diese Beschwerden schränken Betroffene in ihrem Alltag teilweise stark ein. Dabei lassen sich die belastenden Asthma-Symptome heute durch eine konsequente medikamentöse Therapie sehr gut in Zaum halten. Doch 60 Prozent der Asthma-Patienten in der Schweiz behandelt ihre Lungenerkrankung nicht konsequent. Das zeigt eine reprä-

sentative Bevölkerungsumfrage vom Institut für Marketing- und Sozialforschung Qualitest vom August 2017. Und das wiederum könne gravierende Folgen haben, warnt Prof. Dr. med. Claudia Steurer-Stey. «Das Asthma kann sich bedrohlich verschlechtern, zu unberechenbaren Notfallsituationen und im schlimmsten Fall zum Tod führen», so die Fachärztin für Lungenerkrankungen vom Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention (EBPI) der Universität Zürich.

## Basistherapie geht an die Wurzel

Gemäss den Umfrageergebnissen greift die überwiegende Zahl der Asthmatiker nur bei akuter Atemnot zu bronchienerweiternden Medikamenten. «Das ist ein alarmierendes Ergebnis», kommentiert Steurer-Stey. «Es zeigt, dass es uns nicht gelungen ist, das in den letzten 30 Jahren gewonnene Wissen an die Patienten weiterzugeben. Dabei könnten die meisten bei richtiger Behandlung ein unbeschwertes Leben führen.»

Goldstandard sei eine Kombinations-



therapie, fährt Steurer-Stey fort. Da Asthma eine chronisch entzündliche Lungenerkrankung sei, bilde eine entzündungshemmende Behandlung die Basistherapie. Indem die Entzündung der Atemwege konsequent behandelt werde, könne das Asthma unter optimaler Kontrolle gebracht werden: «Das bedeutet für Betroffene, dass sie keine Zeichen von Atemnot aufweisen und bei ihren alltäglichen Aktivitäten nicht durch die Erkrankung eingeschränkt sind», betont die Lungenspezialistin.

Bronchienerweiternde Medikamente - als zweite Säule des Behandlungskonzepts - werden nur eingesetzt, falls sich die Krankheit akut verschlechtert, Asthma-Symptome auftreten oder auch vorbeugend, beispielsweise wenn durch hohe körperliche Aktivität Symptome zu erwarten sind. Man spricht dann von einer Bedarfstherapie.

Gemäss wissenschaftlichen Guidelines ist das Asthma gut kontrolliert, wenn die Bedarfsmedikation zur Symptombehandlung höchstens zweimal pro Woche nötig wird. Denn die Basistherapie führt in der Regel zu einer markanten Verbesserung der Symptome und der Lungenfunktion. Zudem reduziert sie die Häufigkeit akuter Verschlechterungen, etwa in Folge von Reizungen der Atemwege, beispielsweise durch Infekte oder bei erhöhtem Pollenflug. All dies führt dazu, dass Asthma-Patienten heute seltener an ihrer Erkrankung sterben als früher.

### Erdmission Asthma-Kontrolle

Aufgrund der «alarmierenden Umfrageergebnisse» unter Schweizer Asthma-Patienten hat das Pharmaunternehmen AstraZeneca in Partnerschaft mit «Lunge Zürich» sowie dem Institut für Epidemiologie, Biostatistik und Prävention der Universität Zürich Ende Januar eine schweizweite Aufklärungskampagne lanciert: «Freier atmen, freier leben: Erdmission Asthmakontrolle». Weil so viele Kinder und Jugendliche betroffen sind, wurde ein gleichnamiger Comic entwickelt. Im Mittelpunkt der Geschichte stehen die Superhelden

«Wave Girl», «Athleticus» und «Soccerstorm» aka Profisurferin Alena Ehrenbold, 400-m-Hürden-Europameister Kariem Hussein und Fussballprofi Josip Drmic. Die drei Profisportler stehen bei der Informationskampagne Pate und haben den Comic-Helden ihre Gesichter geliehen. Sie werden von der Forschungsleiterin der «Galaktischen Allianz für Gesundheit», Prof. Sanos - alias Prof. Claudia Steurer-Stey -, auf die Erde geschickt, um die Menschen über Asthma aufzuklären. «Mit der Publikationskampagne wollen wir darauf aufmerksam machen, dass Asthma eine chronische Erkrankung ist, die sehr gut behandelbar ist und mit der man ein aktives, unbeschwertes Leben führen kann», sagt Steurer-Stey.

### Keine Angst vor Kortison

Als einen Grund für die zurückhaltende Anwendung des so wichtigen Basismedikaments unter Schweizer Patienten vermuten Experten die Angst vor möglichen Nebenwirkungen - denn dieses beinhaltet als Hauptwirkstoff inhalierbare Kortikoide, welche aus Kortison hergestellt werden. «Diese Ängste basieren auf einer Vermischung mit Informationen zu Kortison in Tabletten- oder Spritzenform und sind wenig berechtigt», sagt Steurer-Stey. «Bei der Inhalation sind viel geringere Medikamentendosen notwendig, weil das Kortison direkt an den Ort gelangt, wo es wirken soll, und sich nicht im ganzen Körper verteilt. Daher sind Nebenwirkungen sehr selten», betont die Ärztin. Die Folgen einer unzureichenden Behandlung seien hingegen gravierend: «Sie schränken die Lebensqualität ein, führen zu mehr Arztbesuchen und Spitalaufenthalten und verursachen hohe Kosten für das Gesundheitssystem.»

### Spitzensportler trotz Asthma

Ein Beispiel für optimale Asthmakontrolle ist eine der Ambassadoren selbst: Profisurferin Alena Ehrenbold hat die Erkrankung seit ihrem dritten Lebensjahr. «Ich habe schon von klein auf gelernt, mit Asthma umzugehen.

Dass ich jeden Morgen mein Basismedikament inhaliere, ist genauso Routine wie meine Kontaktlinsen einzulegen. Und je mehr Sport ich mache, desto besser geht es mir», erzählt die heute 34-jährige Luzernerin, die sich 2010 den Schweizer-Meister-Titel im Wellensurfen holte und nach wie vor als beste Schweizer Surferin gilt.

Im Rahmen einer nationalen Informationskampagne ist der Comic «Erdmission Asthmakontrolle» entstanden. Er ist in Deutsch, Französisch und Italienisch erhältlich und liegt schweizweit in Arztpraxen sowie in den meisten Amavita- und Sun-Store-Apotheken auf.  
[www.asthma-info.ch](http://www.asthma-info.ch)