

## Schnelles Handeln im Notfall

### Handlungsempfehlung im Notfall

- Eigeninjektion von 100 mg Hydrocortison
- Ärztlicher Kontakt  
(Hausärztin/Hausarzt, Notaufnahme, Notdienst)  
Notfallausweis vorzeigen und ggf. Arztbrief mitführen

### Checkliste Notfallset

- Notfallausweis
- 100mg Hydrocortison-Ampulle und  
2ml Spritze mit Kanüle
- Prednisolon-Zäpfchen
- Befunde/Arztbrief



Berufsgenossenschaftliches Universitätsklinikum  
Bergmannsheil gGmbH  
Bürkle de la Camp-Platz 1  
44789 Bochum

[www.bergmannsheil.de](http://www.bergmannsheil.de)



## Nebenniereninsuffizienz

Information für Patientinnen  
und Patienten



## Liebe Patientinnen und Patienten,

fühlen Sie sich ständig müde und kraftlos? Können Sie alltägliche Verrichtungen nur noch mit Mühe oder gar nicht mehr bewältigen oder sind vielleicht sogar schon einmal kollabiert? Haben Sie häufig Bauchschmerzen oder Durchfall und leiden an zu niedrigem Blutdruck? Hat Ihr Hausarzt vielleicht einen Salzverlust diagnostiziert?

## Dann könnte es sein, dass Sie an einer Nebennierenschwäche leiden!

Unsere Klinik bietet Ihnen bei Nebennierenerkrankungen eine professionelle endokrinologische Beratung, Diagnostik und leitliniengerechte Therapie an.

Sprechen Sie uns an!

Endokrinologische Ambulanz  
Mo. - Fr., 8:00 bis 15:00 Uhr

Tel.: 0234 302-6418  
Fax: 0234 302-6403

## Was ist eine Nebenniereninsuffizienz?

Die Nebennieren produzieren lebenswichtige Stresshormone (vorwiegend Kortisol). Kommt es zu einer Unterfunktion (Insuffizienz, Morbus Addison), fehlen dem Körper diese Hormone. In seltenen Fällen ist eine genetische Erkrankung hierfür verantwortlich. Oftmals machen sich die Symptome dann bereits im Kindesalter bemerkbar. Häufiger ist jedoch eine später im Leben erworbene Schwäche der Hormonproduktion (z. B. Störungen der Hirnanhangsdrüse oder Autoimmunerkrankungen) oder die längere Einnahme von Kortison (z. B. bei Asthma bronchiale, COPD oder Rheuma). Unbehandelt kann die Erkrankung bei schweren Verlaufsformen zum Tode führen! Dies ist zum Glück selten der Fall. Oftmals treten schwächere Verläufe des Mangelzustandes auf, die in der Regel sehr gut mit Hydrocortison-Tabletten behandelt werden können.

In Notfallsituationen (z. B. fieberhafter Infekt, Operationen, intensive körperliche Betätigung) kann der aktuelle Kortisol-Bedarf sehr viel höher sein als durch die Ersatztherapie abgedeckt wird und zu lebensgefährlichen Krisen führen (auch als Addison-Krise bezeichnet). Die Vorbeugung solcher Krisen ist daher außerordentlich wichtig.

Menschen mit einer Nebenniereninsuffizienz sind auf die Einnahme von Hydrocortison meist lebenslang angewiesen und benötigen einen Notfallausweis und ein Notfallset mit einer Hydrocortisonspritze. Damit die Anwendung auch in Notfallsituationen reibungslos klappt, sind regelmäßige Schulungen notwendig.

## Faustregeln zur Dosisanpassung

### Geringe körperliche Belastung (anstrengender Sport)

- Erhöhung um 5 - 10 mg Hydrocortison/Tag

### Starke körperliche Belastung (Infekte mit Fieber)

- Mindestens Verdopplung, ggf. Verdrei- oder Vervielfachung der Tagesdosis
- Beispiel: Bei täglicher Einnahme von 15 mg morgens, 5 mg mittags und 0 mg abends, Hydrocortison auf mindestens 30 mg morgens, 10 mg mittags und 5 mg abends erhöhen

### Stärkste körperliche Belastung (Operationen, Unfälle, Geburt, Magen-Darm-Infekt)

- Infusion, ggf. Eigeninjektion (Notfallset), insbesondere bei Magen-Darm-Infekten
- 100 - 200 mg Hydrocortison intravenös
- In jedem Fall nach Eigeninjektion Notdienst, Hausärztin/Hausarzt oder Endokrinologin/Endokrinologen informieren!