Ibuprofen verhindert Höhenkrankheit

Wenn Sie eine Trekkingtour im Himalaja planen, lohnt es sich vielleicht, etwas Ibuprofen mit in den Rucksack zu packen.

— Die akute Höhenkrankheit ist eine Symptomenkonstellation aus Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Müdigkeit, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen und Appetitlosigkeit, die üblicherweise beim raschen Aufstieg in Höhen über 2500 m auftritt. Die Inzidenz hängt im Wesentlichen von der Höhe und vor allem von der Geschwindigkeit des Aufstiegs ab und erreicht bei Touristen, Trekknern und Bergsteigern Werte zwischen 25 und 75%. Die Symptomatik stellt sich üblicherweise 6–12 h nach Erreichen der Höhe ein. In den meisten Fällen ist die Erkrankung selbst limitiert, kann aber bei entsprechendem Schweregrad den Betroffenen zu völliger Inaktivität verurteilen und in Einzelfällen durch ein Höhenhirnödem zum Tode führen.

Der einfachste und sicherste Weg, die Höhenkrankheit zu vermeiden, wäre ein langsamer Aufstieg mit längeren Verweildauern auf verschiedenen Höhen-niveaus. Dieses Verfahren ist aber bei vielen Touristen aus Zeitmangel, bei Rettungsteams und Soldaten durch die Natur des Auftrags nicht möglich. Die genaue Pathophysiologie der akuten Höhenkrankheit ist unbekannt, doch dürften eine Vasodilatation der zerebralen Gefäße, entzündliche Prozesse und eine Schrankenstörung der Bluthirnschranke eine Rolle spielen. Die mögliche Beteiligung von inflammatorischen Mediatoren führte zur Therapie mit Glukokortikoiden und nicht steroidal Antirheumatika.

In einer prospektiven, doppelblind geführten und randomisierten Studie hat man 86 gesunde Freiwillige mit dreimal 600 mg Ibuprofen bzw. Placebo behandelt. Die Therapie begann sechs Stunden vor dem Aufstieg aus einer Höhe von 1240 m auf 3810 m und fand in den White Mountains in Kalifornien im

© Rehtian Sorin / shutterstock

Ob Höhenkrankheit droht, hängt auch von der Aufstiegschwindigkeit ab.

Juli und August 2010 statt. Wichtigste Studienziele waren das Auftreten der akuten Höhenkrankheit und ihr Schweregrad, der nach dem Score anhand des Lake Louise Questionnaire quantifiziert wurde. 44 Probanden erhielten Ibuprofen, 42 Placebo. In der Ibuprofen-Gruppe entwickelten 43% eine akute Höhenkrankheit im Vergleich zu 69% unter Placebo. Der Schweregrad erreichte in der Placebogruppe einen Score von 4,4, unter Ibuprofen dagegen nur 3,2. Aus den Daten errechnet sich eine NNT von nur 3,9.

■ Kommentar

Ibuprofen erwies sich als sicheres und sehr effektives Mittel gegen die Höhenkrankheit. Gerade das Sicherheitsprofil macht Ibuprofen attraktiver als zum Beispiel Dexamethason. Eine weitere Alternative, Acetazolamid, hat den Nachteil, dass mindestens einen Tag vor dem Anstieg in die Höhe eingenommen werden soll. Leider macht die Studie keine Aussage zur notwendigen Dauer der Ibuprofen-Gabe beim längeren Aufenthalt in großen Höhen.

H. S. FÜESSL ■

■ G. S. Lipman et al.

(Korres.: Grant S. Lipman, MD, grant.lip@hot-mail.com): Ibuprofen prevents altitude illness: a randomized controlled trial for prevention of altitude illness with nonsteroidal anti-inflammatories. Ann Emergency Med 2012; doi: 10.1016/j.annemergmed.2012.01.019

ACHTUNG:

Hier muss der Dummy durch eine Anzeige ersetzt werden !!