COPD-Therapie

Bedeutung von inhalativen Kortikosteroiden in der Diskussion

— Welche Bedeutung inhalative Kortikosteroide (ICS) im Behandlungskonzept der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung (COPD) haben, wird derzeit intensiv diskutiert. Dr. Cordula Mohrlang, GlaxoSmithKline Deutschland, wies auf eine Reihe von belastbaren Daten hin, die einen Rückgang von Exazerbationen unter einer Kombinationstherapie aus ICS und langwirksamem β_2 -Agonist (LABA) im Vergleich zu einer LABA-Monotherapie belegen [Zervas E et al. Curr Drug Targets. 2013].

Die Fixkombination aus 92 μ g Fluticasonfuroat (FF) und 22 μ g Vilanterol (VI) (Relvar®), die für die einmal tägliche symptomatische Therapie erwachsener COPD-Patienten mit einem FEV₁-

Wert < 70% des Normwerts und Exazerbationshistorie zugelassen ist, hat mit ihrer niedrigen ICS-Dosis bei Patienten mit Exazerbationen in der Vorgeschichte die Rate der akuten Verschlimmerungen um 27% gegenüber Vilanterol allein reduziert und dabei die durch den LABA erzielte Verbesserung der Lungenfunktion langfristig aufrechterhalten. Die Zahl der jährlichen Exazerbationen lag bei 0,81 vs. 1,11 ($p < 0,0001$) [Dransfield MT et al. Lancet Respir Med. 2013].

Bluteosinophilie als Biomarker für Exazerbationsrisiko

Nach neueren Erkenntnissen kann Bluteosinophilie ein Hinweis auf das Anspre-

chen der Patienten auf eine ICS/LABA-Therapie bzw. ein Biomarker für eosinophile Exazerbationen bei COPD sein, so Mohrlang. Unter FF/VI war die Reduktion von Exazerbationen besonders ausgeprägt bei Patienten mit Bluteosinophilen $\geq 2\%$ [Pascoe S et al. Lancet Respir Med. 2015;3:435–42]. Laut retrospektiver Analysen der Daten großer COPD-Studien haben etwa 50–70% der COPD-Patienten eine Bluteosinophilenzahl $\geq 2\%$ und könnten von ICS profitieren [Barnes P, ERS 2014, München]. ■

Dagmar Jäger-Becker

■ Satellitensymposium „Asthma und COPD – Wege in die individualisierte Therapie“, 122. Kongress der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin, Mannheim, April 2016 (Veranstalter: GlaxoSmithKline)

Schlafmedizin

Wege zur gesunden Nachtruhe

— Bei Schlafstörungen ist der Regelkreis zwischen der schlaffördernden Ausschüttung von Melatonin bei einsetzender Dunkelheit und dem das Aufwachen fördernde Anstieg der Kortisolspiegel ab der Mitte der Nacht gestört. Konzentrationsprobleme, Fehlreaktionen, Depressionen und vieles mehr sind die Folgen. Hier gebe es die Dreier-Regel, so der Schlafmediziner Dr. Martin Held, Köln: Dauern Schlafstörungen länger als drei Wochen, kommen öfter als dreimal pro Woche vor, und halten länger als drei Stunden an, müsse man handeln.

Neben einem abgedunkelten, kühlen Schlafraum, Verzicht auf schwer verdauliches Essen und koffeinhaltige Getränke am Abend, ist die Zufuhr von Tryptophan (TRP) eine gute Option. TRP sowie Niacin und Vitamin B₆ spielen im Melatonin-Stoffwechsel eine zentrale Rolle,

erläuterte Dr. Thora Hartmann-Schneiders, Leiterin Medizin bei Orthomol. Ein weiterer Botenstoff sei die Aminosäure Glycin. In einer kleinen Studie war nach Gabe von 3 g Glycin die Zufriedenheit der Probanden mit dem Schlaf und der Einschlafzeit signifikant besser.

Zur Unterstützung eines erholsamen Schlafes könne daher die Nährstoffkombination Orthomol Nemuri® sinnvoll sein, so Hartmann-Schneiders. Außer den beiden Aminosäuren TRP und Glycin enthält das Heißgetränk-Granulat Vitamin B₆, Niacin, Magnesium, Melissen-, Hopfen- und Grüntee-Extrakt. Die Wirksamkeit beruhe v. a. auf der Kombination aus schlaffördernden Inhaltsstoffen, Körpererwärmung durch das Heißgetränk und dem ritualisierenden Charakter eines regelmäßigen am Abend eingenommenen Getränks,

Erholsamer Schlaf –
dem muss man manch-
mal nachhelfen.

© Konstantin Yuganov / iStock / Thinkstock

so der Schlafmediziner Dr. Michael Feld, Köln. Dieses Ritual sei extrem wichtig. Denn anders als beim Essen oder Sport könne man sich nicht zum Schlafen zwingen. ■

Christina Ott

■ Fortbildungsveranstaltung „Wege zum gesunden Schlaf“, Köln, April 2016 (Veranstalter: Orthomol)