

✓ **Notfallausweis**



✓ **100mg Hydrocortison-Ampulle**
(bei Auslandsreisen mehrfach)



✓ **2ml Spritze**



✓ **Lange und kurze Nadel**
(bei Auslandsreisen mehrfach)



✓ **Prednison-Zäpfchen**



✓ **Ggf. Befunde/Arztbrief**



Extreme Müdigkeit

Benommenheit

Blutdruckabfall

Hypotonämie

Kollaps

Bauchschmerzen/
Krämpfe

Durchfälle

Übelkeit,
Erbrechen

Ausgeprägte
Schwäche

Kraftlosigkeit

Anleitung zur Dosisanpassung der Hormonersatztherapie mit Hydrocortison/Plenadren/Prednison bei chronischer Nebenniereninsuffizienz

Schwerpunkt Endokrinologie
Med. Klinik und Poliklinik I
Oberdürrbacher Str. 6
97080 Würzburg

3 Faustregeln zur Dosisanpassung

1

Geringe Belastung

(z.B. außergewöhnliche sportliche Betätigung)

- ▶ Erhöhung um 5-10 mg Hydrocortison

2

Starke Belastung

(z.B. Infekt mit Fieber)

- ▶ Mindestens Verdopplung der Tagesdosis
- ▶ Beispiel: Bei alltäglicher Einnahme von 10-5-0 mg Hydrocortison Dosiserhöhung auf mindestens 20-10-5 mg (ggf. bis hin zur Vervierfachung)

3

Stärkste körperliche Belastung

(Unfall, Operation, Geburt, Gastroenteritis)

- ▶ Infusion/Injektion
- ▶ 100-200 mg Hydrocortison intravenös
- ▶ ggf. Eigeninjektion insbesondere bei Magen-Darminfekten
- ▶ Nach Eigeninjektion immer Arztkontakt herstellen!

Arztkontakt:

Merke in Belastungssituationen



Grundsätzlich im Zweifel großzügige, kurzfristige Erhöhung der Tagesdosis!



Einnahme sofort und über den Tag verteilt (alle 6-8 Stunden)



Magen-Darm-Infekt: Spritze!



Beispiel Notfallkaskade

