

# Keine Angst vorm Impfen!

Emla – der Schutz vor  
schmerzhaften Nadeleinstichen



## Angst vor Spritzen?

Das Schmerzempfinden ist bei den Menschen unterschiedlich stark ausgeprägt.

Bei einigen rufen Nadeleinstiche wie bei Impfungen Stress und Angst hervor. Wer Angst vor Spritzen und den Schmerzen beim Nadeleinstich hat, für den ist das Emla Pflaster bzw. die Emla Creme eine gute Lösung.

## Die Angst vor Spritzen ist weit verbreitet.

### Das können Sie tun.

Fast jeder zweite Erwachsene hat Angst vor Spritzen.<sup>1</sup> Die Vorstellung, wie sich die Nadel durch die Haut in den Muskel schiebt, kann für eine gehörige Gänsehaut oder ein abwehrendes Schütteln sorgen.

Es gibt jedoch einfache Maßnahmen, Ängste vor Impfungen und mögliche Schmerzen zu verringern.

- Am besten beim Impfen aufrecht sitzen<sup>2</sup>
- Durch Atemübungen oder Luft anhalten kann man sich gezielt ablenken.<sup>3</sup>
- Neben der richtigen Körperhaltung, tiefem Durchatmen oder dem Einsprühen mit Eisspray werden Lidocain-haltige Schmerzpfaster zur Schmerzreduzierung bei Nadeleinstichen empfohlen.<sup>4</sup>

## Was ist Emla?

Emla mit den bewährten Wirkstoffen Lidocain und Prilocain ist die weltweit am meisten verkaufte 2-in-1-Schmerzprotektion auf der Haut<sup>5</sup> und wird als Pflaster und Creme angeboten.

Emla wird auf die Haut aufgetragen – bei Impfungen üblicherweise am Oberarm – und setzt an dieser Stelle durch den betäubenden Effekt das Schmerzempfinden herab, so dass mögliche Schmerzen beim Nadeleinstich verringert werden.



## Wie wirkt Emla?

Nachdem das Emla Pflaster auf die Haut aufgetragen wurde, verteilen sich die Wirkstoffe Lidocain und Prilocain in der obersten Hautschicht.

In dieser Hautschicht befinden sich sogenannte „Schmerzrezeptoren“, welche den Schmerz „erfassen“ und zum Gehirn weiterleiten.

Die beiden Wirkstoffe blockieren genau diese Schmerzreizeitung für eine gewisse Zeitspanne. Somit wird das Schmerzempfinden herabgesetzt.

Übrigens: Im Gegensatz zu einer Tablette wird der Schmerz durch Emla nur lokal, das heißt an der angewandten Stelle und nicht im ganzen Körper, reduziert.



## Wie wird das Emla Pflaster richtig angewendet?<sup>6</sup>

Das Pflaster mindestens 1 Stunde vor dem Impftermin an der jeweiligen Stelle aufbringen, bei Impfungen üblicherweise am Oberarm.

- Schutzhülle an der weichen hautfarbenen Fläche abziehen. Achten Sie darauf, die weiße Creme nicht zu berühren, da sich dort die Anästhesiesubstanz befindet.
- Das Pflaster auf die zu behandelnde Hautstelle aufkleben. Erfragen Sie die Position im Vorfeld bei Ihrem Hausarzt oder medizinischen Personal.
- Das Pflaster nicht zerschneiden oder anderweitig zerteilen
- Das Pflaster entlang des Randes fest andrücken, dabei die Pflastermitte aussparen
- Für 1 bis 5 Stunden einwirken lassen
- Die betäubende Wirkung hält bis 1 bis 2 Stunden nach dem Entfernen des Pflasters an.

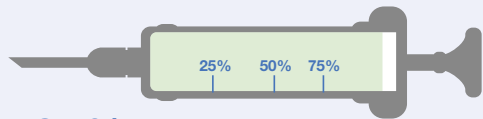


## Wie erfolgreich ist die Emla-Anwendung?

In einer Beobachtungsstudie wurde nachgewiesen, dass Emla Creme die Schmerzen im Vergleich zur Kontrollgruppe deutlich lindern konnte (siehe Grafik unten).

### Emla lindert den Einstichschmerz<sup>7</sup>

#### Emla



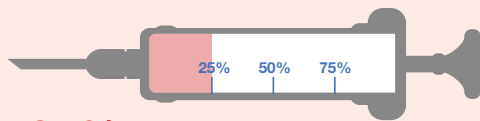
**91 %** der Probanden waren schmerzfrei



**94 %\*** der Eingriffe verliefen „problemlos“

#### Kontrollgruppe

(ohne Emla oder ein anderes Lokalanästhetikum)



**25 %** der Probanden waren schmerzfrei



**60 %\*** der Eingriffe verliefen „problemlos“

Beobachtungsstudie. Emla Creme 5 % (n = 184), Kontrollgruppe (n = 20). Applikationsdauer mind. 60 Minuten.<sup>8</sup>

\*Bewertung durch medizinisches Personal

## Was gibt es zu beachten?<sup>9</sup>

Emla ist im Allgemeinen gut verträglich – dennoch darf es in bestimmten Fällen nicht angewendet werden, zum Beispiel:

- bei allergischen Reaktionen gegen Lidocain oder Prilocain oder andere ähnliche Lokalanästhetika
- beim Vorliegen folgender Krankheiten: „Glukose-6-phosphat-Dehydrogenasemangel“, „Methämoglobinämie“ oder „atopische Dermatitis“
- bei Herzrhythmusstörungen, wenn bestimmte Medikamente angewendet werden
- auf offenen Wunden

Emla sollte nicht in die Augen gelangen.

Hautreaktionen in Form von Blässe und anschließender Rötung sind aufgrund der enthaltenen Wirkstoffe zu erwarten.<sup>6</sup>

## Wo kann ich Emla kaufen?

Emla Pflaster und Emla Creme gibt es rezeptfrei in der Apotheke.

**Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

## Referenzen

- 1 Martin Terhardt, Kinder- und Jugendarzt und Mitglied der Ständigen Impfkommision, in RP online, 11.09.2018
- 2 impfen-info.de, BZgA
- 3 vital online, 8.1.2021
- 4 STIKO-Empfehlungen (für Jugendliche und Erwachsene mit ausgeprägter Angst) in DAZ online, 30.08.2016
- 5 2-in-1 Kombination aus Lidocain/Prilocain, IMS Daten 2015
- 6 Fachinformation Emla Pflaster, Stand: November 2017
- 7 Gwetu, Use of Emla cream as a topical anaesthetic before venepuncture procedures in field surveys; SAMJ, July 2015, Vol 105 No 7
- 8 Fachinformation Emla Creme, Stand: November 2017
- 9 Gebrauchsinformation Emla Pflaster, Stand: September 2019

**emla.de**

### EMLA 25 mg/g + 25 mg/g Creme | EMLA Pflaster

**Anwendungsgebiete:** Oberflächenanästhesie der Haut bei Erwachsenen sowie bei Kindern und Jugendlichen im Zusammenhang mit: a) der Einführung von Nadeln, z. B. von i.v.-Kathetern oder bei Blutentnahmen; b) chirurgischen Eingriffen an der Hautoberfläche. *Emla Creme zusätzlich:* Oberflächenanästhesie der genitalen Schleimhaut, z. B. vor chirurgischen Eingriffen an der Hautoberfläche oder vor einer Infiltrationsanästhesie; bei Erwachsenen und Jugendlichen  $\geq 12$  Jahren. Oberflächenanästhesie von Bein-Ulcera zur Erleichterung der mechanischen Wundreinigung/Debridement nur bei Erwachsenen. **Warnhinweise:** Enthält Macrogolglycerolhydroxystearat (Ph.Eur.). **Apothekenpflichtig. Stand: November 2017.** Aspen Pharma Trading Limited, 3016 Lake Drive, Citywest Business Campus, Dublin 24, Irland. Mitvertrieb: Aspen Germany GmbH, Montgelasstraße 14, 81679 München, Medical Hotline: 030 56796862 E-Mail: aspenmedinfo@professional-information.co.uk

**Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

Trademarks are owned by or licensed to the Aspen group of companies.

© 2021 Aspen group of companies or its licensor. All rights reserved.



DE-LIDP-02-21-00008 02.2021  
Mat.-Nr.: 493130PD036A

**Aspen Germany GmbH**  
Montgelasstraße 14  
81679 München

