

Husten

Allgemeines:

- Schutzmechanismus des Körpers zur Reinigung der Schleimhäute
- ein Symptom ≠ keine eigenständige Erkrankung

Ursachen:

- am häufigsten: Virusinfekt (banaler Infekt, seltener Bronchitis, manchmal Pseudokrupp)
- bakterielle Lungenentzündung (selten)
- Allergie
- Asthma bronchiale
- gereizte Bronchien nach einem Infekt
- plötzlich und anhaltend, v. a. Kleinkinder: eingeatmeter Fremdkörper
- selten: weitere Erkrankungen
- auch gesunde Menschen husten (z. B. haben gesunde Schulkinder bis 10x täglich eine Hustenepisode)

Was können Sie tun?

- viel trinken (Wasser, Husten-Tee, ggf. Zwiebelsaft) zur Verflüssigung der Sekrete und des Schleims
Bei Kindern ab 1 Jahr: Tee mit Honig süßen oder 1 Löffel Honig ablutschen lassen (blockiert die Hustenrezeptoren im Hals)
- frische Luft
- mit leicht erhöhtem Oberkörper schlafen (z. B. Ordner unter die Matratze, mehrere Kissen unterbauen)
- Luftfeuchtigkeit in den Räumen erhöhen (Schalen mit Wasser auf die Heizung, feuchte Tücher aufhängen)
- Inhalation mit NaCl 0,9% (Kochsalz), wenn Ihr Kind das gut toleriert und mitmacht
- ggf. warme Brustwickel (nicht heiß)
- abschwellende Nasentropfen, wenn sehr viel Sekret im Nasen-Rachen-Raum ist
- auf rauchfreie Umgebung achten

Was nicht tun?

- Bitte keine Medikamente oder Einreibungen mit Eukalyptus, Menthol, Kampfer, Pfefferminz bei Säuglingen, Kleinkindern oder Kindern mit Asthma. Die ätherischen Öle können eine Reizung und Verengung der Atemwege bewirken.
- Überlegen Sie gut, ob Sie wirklich einen Hustensaft in der Apotheke kaufen wollen:

Es gibt kaum wissenschaftliche Belege bezüglich der Wirksamkeit von Hustensäften.

Sie verkÄrzen in der Regel die Krankheitsdauer nicht.

Man unterscheidet verschiedene Arten von HustensÄpfen:

- Hustenstiller: bei produktivem Husten kontraproduktiv: der Schleim muss raus! Bei trockenem Husten zurÄckhaltend und nach Ärztlicher RÄcksprache. Achtung â?? keine zentral wirksamen Hustenstiller (z. B. Codein) bei Kleinkindern und Grundschulkindern unter 12 Jahren. Es kann schwere Nebenwirkungen geben!
- Pflanzliche HustensÄpfte: Gibt es in unterschiedlichsten Zusammensetzungen, die Datenlage ist dÄnn. Subjektiv merken manche eine Besserung nach Einnahme insbesondere der PrÄparate mit Thymian, Efeu oder Primel. Aus unserer Sicht sind pflanzliche HustensÄpfte nicht notwendig: Genauso effektiv sind die bewÄhrten Hausmittel wie KrÄutertees, Honig oder Zwiebelsaft.
- NDR-Reportage: Hustenmittel fÄr Kinder â?? viel Werbung, Wirkung ungewiss ([Hustenmittel fÄr Kinder: Viel Werbung, Wirkung ungewiss | NDR.de â?? Fernsehen â?? Sendungen A-Z â?? Markt](#))

Spezifische Therapie nach RÄcksprache mit uns:

- Inhalation mit bronchienerweiternden Medikamenten (Salbutamol) bei Bronchitis oder Asthma
- Inhalation mit antientzÄndlichen Medikamente bei Asthma oder weiteren Erkrankungen
- Inhalation und/oder Notfallmedikamente bei Pseudokrupp-Anfall
- selten Antibiotikum notwendig
- selten Hustenstiller notwendig (Kriterium ist nicht der gestÄrkte Nachtschlaf der Eltern, sondern der des Kindes!)

Bitte stellen Sie Ihr Kind bei folgenden Warnsignalen vor:

- lÄnger dauernder Husten, insbesondere lÄnger als 2 Wochen dauernd
- ganz plÄtzlich entsetzender Husten, insbesondere bei Kleinkinder â?? FremdkÄrper?
- Verschlechterung des Allgemeinzustands, Trinkverweigerung
- GerÄuschen bei der Atmung, z. B. Pfeifen bei der Ausatmung oder Einatmung, keuchender, angestrengter Husten
- schnelle und/oder angestrengte Atmung
- nÄchtlichem, anfallsartigem, bellendem Husten und Heiserkeit
- Kombination von: Husten, Fieber, Atembeschwerden
- bei blutigem Auswurf
- bei akuter Atemnot, blass-grauem Munddreieck, blÄulichen Lippen, Sprechschwierigkeiten sofort den Notarzt rufen: [112](#)