

Erkältungsbedingter Husten – kann er behandelt werden?

Autoren:

Águeda García Merino. Pediatra. Centro de Salud Vallobín – La Florida. Oviedo (Asturias).

Ignacio Carvajal Urueña: Pediatra. Centro de Salud La Ería. Oviedo (Asturias).

Übersetzung: Pilar de Vicente Servio

Stichworte: Husten, Erkältung, Hustenmittel, schleimlösende Mittel

Der Husten, der in der Regel mit Schnupfen, gewöhnlichen Erkältungen, oder, in den Worten des Kinderarztes, Infektionen der Atemwege einhergeht, stellt einen der häufigsten Gründe dar, warum Familien einen Kinderarzt aufsuchen. Damit ist Husten ein sehr lästiges Symptom, das die Lebensqualität der Kinder und Eltern beeinträchtigen kann, da er sowohl den nächtlichen Schlaf als auch Alltagsaktivitäten stört. Um den Husten in den Griff zu bekommen, wird eine Vielzahl von Medikamenten angewandt, aber Wirksamkeit, Sicherheit und Dosis dieser Medikamente, die so oft bei Kindern benutzt werden, sind nicht eindeutig belegt.

Was ist Husten und wozu dient es?

Husten ist ein Reflex-Mechanismus der Luftröhren, der dann entsteht, wenn nach einem normalen oder etwas stärkeren Einatmen als sonst, die Atemluft kräftig mit einem charakteristischen Laut ausgestoßen wird. Das Husten wird durch die Präsenz vom Schleim irgendwo im Atmungsapparat oder durch Irritation desselben ausgelöst. Es ist ein Abwehrmechanismus, der die Atemwege offen und sauber hält.

Der Husten selbst ist keine Krankheit und bedeutet nicht immer, dass das Kind ein Problem hat.

Welche Hustenarten existieren bei Erkältungen?

Verschiedene Hustenarten können bei Atemwegsinfektionen entstehen, abhängig von dem geschwollenen Bereich der Atemwege durch die Krankheitserreger und dem Zeitpunkt des Krankheitsverlaufs. Wenn die Infektion sich hauptsächlich in der Nase und dem Rachen befindet, handelt es sich um einen Reizhusten (wie ein Jucken) und, wenn der Kehlkopf befallen ist, ist der Husten tiefer und klingt metallisch (Bellhusten). Am Anfang der Infektion ist der Husten trocken, und im Laufe der Zeit, mit der Entstehung von Schleim, wird er weicher und von Auswurf begleitet. Es ist dann möglich, den Schleim durch Husten

auszuwerfen, obwohl Kinder in den ersten Lebensjahren nicht abhusten können und den Schleim stattdessen herunterschlucken.

Kann erkältungsbedingter Husten behandelt werden?

Da der Husten lediglich ein Symptom ist, muss man die Ursache behandeln, die den Husten hervorruft, um seiner Herr zu werden. Wenn die Ursache eine Atemwegsinfektion ist, gewöhnlich viral bedingt, gibt es keine spezielle Behandlung; der Husten geht nach und nach zurück, in dem Maße, wie das Kind die Krankheit überwindet. Dies kann zwischen 10 und 14 Tage dauern. Aufgrund seiner Abwehrfunktion ist eine Unterdrückung des Hustens nicht angebracht, da sie die Entwicklung von Komplikationen wie Lungen- oder Ohrenentzündungen begünstigen kann.

Andererseits gibt es keine Beweise dafür, dass die üblichen Mittel zur Unterdrückung des Hustenreizes bei Kindern (welche die gleichen wie bei Erwachsene sind) wirksam sind. Darüber hinaus ist deren richtige Dosierung unbekannt. Dennoch gilt es als erwiesen, dass ihre Anwendung während der Kindheit des Öfteren eher schädliche Wirkungen verursacht, die umso gravierender sind, je jünger das Kind ist.

Da diese Mittel außerdem frei und ohne Rezept bei Apotheken verkauft werden, besteht ein erhöhtes Risiko von Dosierungsfehlern und ungewollten Einnahmen.

Deswegen ist die Anwendung von Hustenmitteln, schleimlösenden Mitteln, Antihistaminika (Antiallergika) und sonstigen Schnupfenmitteln für die Behandlung des Hustens bei Kindern mit Erkältung nicht angesagt, da die Möglichkeit besteht, dass das Risiko höher als die erzielten Vorteile sein könnte. Trotzdem können andere Maßnahmen getroffen werden, dessen medizinische Wirkung erwiesen ist, wie z. B. Nasenspülungen mit Kochsalzlösung oder

Befeuchtung der Nasenschleimhäute. Erst bei 5-6 jährigen Kindern mit erkältungsbedingtem Husten, der den Schlaf und die Erholung behindert, könnte man ein Hustenmittel einfacher Zusammensetzung (keine Kombination aus mehreren Mitteln) verabreichen; in der richtigen Dosis, nur vor dem Schlafengehen und nur während der absolut nötigen Zeit, um die störenden Symptome zu lindern. Dabei sollte man aber nicht vergessen, dass das Mittel unwirksam sein und Nebenwirkungen haben könnte.

Mein Kind ist erkältet und hustet; wann sollte man den Kinderarzt hinzuziehen?

- Wenn das Kind jünger als 12 Monate ist, in den ersten 72 Stunden nach Beginn des Hustens, vor allem während der kalten Saison (November bis März).
- Wenn der Husten zusammen mit Atembeschwerden ("Pfeifen") auftritt.
- Wenn das Kind außerdem über 72 Stunden lang Fieber gehabt hat.
- Wenn der Husten einhergeht mit Ohrenschmerzen oder einer Ohrenentzündung, Reizbarkeit oder Niedergeschlagenheit.
- Wenn der Husten nicht nach einigen Tagen nachlässt bzw. stark ist und die Aktivitäten des Kindes (Schlaf, Essen, Schule...) behindert.
- Wenn der Husten von Schleimbildung begleitet wird und über 10-14 Tage anhält.
- Wenn Ihr gesunder Menschenverstand oder der Wunsch, Zweifel auszuräumen, es Ihnen rät.

Weitere relevante Dokumente im Internet:

Auf Deutsch:

- „Vorsicht Husten! Wann schadet er?“:
<http://www.br-online.de/bayerisches-fernsehen/gesundheit/gesundheit-infekte-husten-erkaeltung-ID1202221429678.xml>
- „Husten, Schnupfen, Halsschmerzen“: http://www.familienhandbuch.de/cmain/f_aktuelles/a_gesundheit/s_873.html
- „Erkältung bei Kindern“: http://www.praxisbenner.de/1/selbst_erkaeltung_bei_kindern.html

Auf Englisch:

- Mittel gegen Husten und Erkältungen:
<http://www.sepexpal.org/farmacos-para-tos-y-catarro>
- Sicherheit und Wirksamkeit von Husten- und Erkältungsmitteln: http://www.ucsfchildcarehealth.org/pdfs/factsheets/ColdMedicine_0308.pdf
- Offizielle Erklärung der Amerikanischen Akademie von Kinderärzten über Husten- und Erkältungsmittel:
http://www.aap.org/publiced/BR_Infections.htm