



Husten hilft!

Husten ist ein wichtiger und sinnvoller **Schutzreflex**. Er sorgt für die **Reinigung der Atemwege**. Denn ob wir uns verschlucken oder mit der Atemluft Staubpartikel oder Krankheitserreger in unsere Atemwege eindringen: ein kräftiger Hustenstoß befördert die Eindringlinge rasch wieder aus den Atemwegen heraus.

Husten tritt häufig auf: Husten ist neben dem Schnupfen das Hauptsymptom bei einem **Luftwegsinfekt**: Die eingedrungene Krankheitserreger verursachen eine Entzündung mit vermehrter Schleimbildung. Durch den Husten versucht der Körper, sich wieder von dem Schleim zu befreien.



Die **Hustendauer** beträgt in der Regel ein bis zwei Wochen. Bei Kleinkindern können sich Luftwegsinfekte im Winter häufen. Damit kommt es auch oft zu Husten!

Die **Vorstellung beim Kinder- und Jugendarzt** sollte erfolgen, wenn der Husten **länger als zwei Wochen** dauert und es dabei keine hustenfreien Tage gibt.

Typische Krankheitsbilder mit Husten:

Bei **Schnupfen** kommt es vor allem abends und nachts zum Schleimfluss aus der Nase bis in den Kehlkopf. Dies löst als Schutzreflex Husten aus. Zwischendurch ist das Kind beschwerdefrei.

Bei **Luftwegsinfekten** mit Beteiligung der unteren Atemwege, einer so genannten **Bronchitis**, kommt es **stets zum Husten**.

Tritt neben dem Husten auch Fieber länger als 72 Stunden und Kurzatmigkeit auf, muss an eine **Lungenentzündung** gedacht werden.

Ein bellender Husten ist ein Hinweis auf eine **Entzündung der Luftröhre**. Bei einer **Kehlkopfentzündung** kann zusätzlich ein pfeifendes Geräusch beim Einatmen auftreten.

Bei einem unvermittelt auftretenden, starken Husten muss im Kleinkindesalter an das Einatmen („Verschlucken“) eines **Fremdkörpers** gedacht werden. Häufig sind dies Erdnüsse. Eine Vorstellung beim Kinder- und Jugendarzt oder in einer Kinderklinik sollte unverzüglich erfolgen.

Ein über viele Wochen andauernder, zum Teil trockener Husten kann ein Hinweis auf eine **asthmatische oder allergische Erkrankung** sein.



Was tun bei Husten?

Der Husten bei einem einfachen Luftwegsinfekt benötigt **keine besondere Behandlung**. Er klingt behandelt oder unbehandelt nach wenigen Tagen von allein ab!

Eine **gute Belüftung des Schlafzimmers** vermindert die Staub- und Schadstoffbelastung der Atemluft und somit auch den Hustenreiz.

In mehreren wissenschaftlichen Untersuchungen konnte gezeigt werden, dass



ein bis zwei Teelöffel **Honig zur Nacht** den Husten wirkungsvoller lindern als die meisten frei

verkäuflichen Hustensäfte! Am besten verabreichen Sie den Honig in einer Tasse **Thymiantee!**

Hustenreizdämpfend wirkt auch eine Einreibung des Brustkorbes mit **Lavendelöl**. Auch ein **Hustenwickel** mit Lavendelöl kann den nächtlichen Hustenreiz bessern.



Frei verkäufliche **pflanzliche Hustensäfte** wie zum Beispiel „Bronchipret“ oder „Umckaloabo“ können den Husten etwas abschwächen und die Hustendauer leicht verkürzen: Anstelle von 10 Tagen tritt der Husten nur 9 Tage auf. Medizinisch notwendig sind diese Hustensäfte nicht!

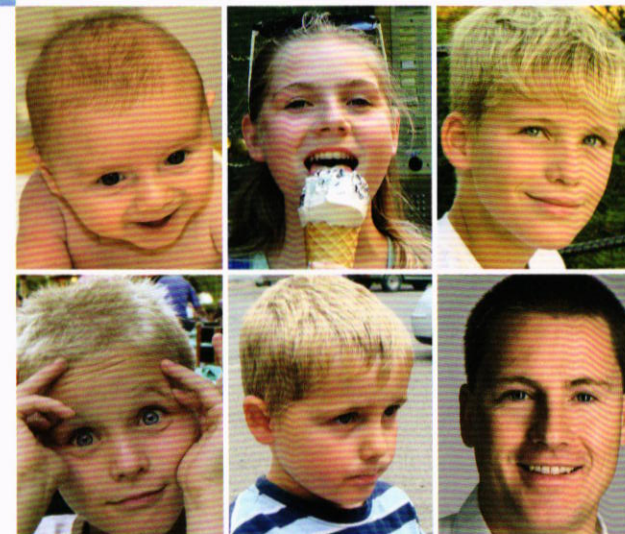
Bei **quälendem Reizhusten** kann bei ungenügendem Ansprechen auf die oben erwähnten Maßnahmen auch ein **hustenreizdämpfendes Medikament** eingenommen werden. Die Erkrankung heilt hierdurch jedoch nicht rascher aus!



Alles Gute für Ihr Kind wünscht:

Dr. med. Volker Kemmerich
Kinder- und Jugendarzt
Strümpfelbacher Str. 29
71384 Weinstadt
Telefon: 07151.64949
Telefax: 07151.610196
www.kinderarzt-kemmerich.de

Stand: Mrz 20



Husten

Eine Information für Eltern und Patienten

Praxis für Kinder- und Jugendmedizin
Strümpfelbacher Str. 29
71384 Weinstadt
Telefon: 07151.64949
Telefax: 07151.610196
www.kinderarzt-kemmerich.de