

Husten

Definition

- Husten = keine Krankheit
- Schutzmechanismus des Körpers zur Reinigung der Schleimhäute
- Häufiges Symptom bei unkomplizierten Atemwegsinfektionen, meist durch Viren verursacht: durch Schlucken von Schleim bei Luftwegsinfekten mit Schnupfen reflektorisches Husten, um Schleimhäute von Sekret zu befreien

Unterteilung

- Akut vs. Chronisch (>8 Wochen)
- Unproduktiv vs. Produktiv (mit Auswurf)
 - Unproduktiver, trockener Husten meist zu Beginn eines Infektes, im Verlauf dann zunehmend produktiv

Diagnostik

- Racheninspektion
- Lungenauskultation
 - Kein auffälliger Befund: a.e. Infekt der oberen Luftwege
 - Obstruktion mit Giemen, Brummen, verlängertem Expirium (Ausatmen): obstruktive Bronchitis, Asthma
 - Rasselgeräusche: Bronchitis, Lungenentzündung
 - Abgeschwächtes Atemgeräusch: Fremdkörper
 - Unauffälliger Lungenbefund bei bellendem Husten, zusätzlich Heiserkeit und pfeifendem Geräusch beim Einatmen (inspiratorischer Stridor): Infektkrupp/Pseudokrupp als Zeichen einer begleitenden Kehlkopfentzündung
- Ggf. Labor (Blutbild, Entzündungsparameter) bei längerer Krankengeschichte oder Fieber
- Ggf. Röntgen: bei Verdacht auf Lungenentzündung, Fremdkörper (dann ggf. noch Bronchoskopie)
- Ggf. Lungenfunktionsprüfung (Asthma)
- Ggf. Allergiediagnostik

Therapie

- Viel trinken (Wasser, Tee) → Verflüssigung des Sekrets
- Zwiebelsaft mit Honig
- Frische Luft
- Erhöht schlafen (Ordner unter Matratze)
- Aufhängen feuchter Tücher im Schlafzimmer oder Aufstellen von Schalen mit Wasser oder Kamillentee
- Thymian-Myrte-Balsam auf Brust und Rücken (Cave: Kinder < 6 Monaten)
- Brustwickel (z.B. warme Kartoffelwickel)
- Homöopathische Therapie
 - Globuli: Aconitum (trockener Husten mit Schmerzen im Kehlkopf), Belladonna (trockener Husten mit Fieber), Drosera (trockener Reizhusten), Bryonia (trockener, schmerzhafter Husten), Ipecacuanha (schleimiger Husten, der bis zum Erbrechen führt)
 - Pflanzliche Hustenstiller: Monapax, Aspecton junior, Bronchipret, Bronchicum, Phytostil,...
 - Pflanzliche Hustenlöser mit Efeu, Thymian oder Primel
- Wirkstoffhaltige Hustenlöser: Ambroxol, ACC

- Wirkstoffhaltige Hustenstiller: z.B. Capval, Sedotussin, Silomat, Codein (erst ab 12 Jahren zugelassen)
- Inhalation mit Wasserdampf, NaCl 0,9% sowie Kamillen- oder Salbeitee (ab 2 Jahren!)
- Bei obstruktiver Bronchitis Inhalation mit bronchienerweiternden Medikamenten (z.B. Salbutamol)
- Bei Infektkrupp frische kalte Luft, Ruhe bewahren, bei ausbleibender Besserung Cortison-Zäpfchen, ggf. Adrenalin-Inhalation (unter stationären Bedingungen)
- Bei Lungenentzündung ggf. Antibiotikum (je nach Krankheitsbild und Laborbefund)
- Absolutes Rauchverbot zu Hause

Es gibt kaum wissenschaftlichen Belege für die Wirksamkeit von Hustenmitteln!

ACHTUNG:

- Hustendauer länger als 2 Wochen ohne hustenfreie Tage → Abklärung durch Kinderarzt
- Hustenstiller nur bei "trockenem Husten" (Hustenstiller dämpfen Hustenzentrum und somit Hustenreflex), bei produktivem Husten Gefahr eines Sekretstaus
- Husten + Fieber + ggf. Atemprobleme (beschleunigte, angestrengte Atmung) → an Lungenentzündung denken.
- Chronischer, meist trockener Husten → an Allergie denken
- Anhaltender, hartnäckiger trockener Husten meist mit Hustenanfällen in der Nacht → an Keuchhusten (Pertussis) denken, wenn Kind (noch) nicht geimpft ist oder letzte Impfung fünf bis zehn Jahre zurückliegt
- plötzlicher und unvermittelt starker Husten → an Fremdkörperaspiration denken und umgehende kinderärztliche Vorstellung
- keine Medikamente mit Pfefferminz- oder Eukalyptusöl sowie Menthol oder Kampfer bei Säuglingen oder Kleinkindern sowie bei Asthmatikern → starke Atembeschwerden und sogar Erstickungsanfälle möglich (durch ätherische Duftstoffe Reizung der Atemwege mit vermehrter Schleimbildung → Zunahme von Verengung und Verschleimung der eh schon entzündeten Atemwege)

Bei akuter Atemnot sofort den Notarzt rufen!