

Husten



Dr. med. Ulrich Kohns

Arzt für Kinder- und Jugendmedizin
Psychotherapie • Homöopathie

Jede Störung in den Atemwegen zwischen Nase und Innerem der Lungen kann Husten verursachen.

Husten - Hinweis auf eine Störung in den Atemwegen

Husten wird durch verschiedene Ursachen ausgelöst:

- Trockenheit und/oder Staubreichtum der Atemluft
- Trockenheit der Schleimhäute zu Beginn eines Infekts
- Behinderung in den Atemwegen durch Sekret oder Fremdkörper
- chemische oder mechanische Reizung durch Gase, Staub u. a.
- Reaktion der Schleimhäute auf Allergene
- seltene andere Störungen

Husten ist ein sinnvoller Versuch des Körpers, eine Störung zu beseitigen oder die Folgen einer Störung zu lindern.

Husten - körpereigene Schutzfunktion

Aus der jeweiligen Hustenform kann auf die Ursache des Hustens, den Entstehungsort und die sinnvolle Therapie des Hustens geschlossen werden.

Hustenformen

- **Räuspern** – Räuspern durch Trockenheit der Rachenschleimhaut oder sehr zähen Schleim im Nasen-Rachen-Raum
Typisch sind ein ständiger, anstoßender Husten und ein Störefmpfinden im Rachen.
- **Reizhusten** – trockener Husten infolge trockener Schleimhäute oder kleinster Fremdkörper in der Luft

Typisch ist ein kurzer, sich immer wiederholender trockener Husten; jeder Atemzug kann Husten provozieren.

- **Produktiver Husten** – feuchter Husten mit lockerem, rasselndem Schleim, der abgehustet werden kann
Typisch ist ein rasselnder, brodelnder Husten, der am Brustkorb oft fühlbar ist.
- **Würgender Husten** – Husten als Versuch, Schleim auszuwürgen
Typisch ist diese Hustenform nach dem Hinlegen und/oder in den Morgenstunden mit Husten bis zum Erbrechen.
- **Spastischer, obstruktiver Husten** – pfeifender, unproduktiver Husten ohne Fähigkeit des Abhustens von Schleim
Typisch ist die angestrengte Ausatmung mit einem leisen pfeifenden Geräusch beim Husten oder gar in Ruhe
- **Kruppöser Husten** – bellender, hohler Husten oft mit hörbarem Atemgeräusch bei der Ein- und Ausatmung
Typisch sind der plötzliche, nächtliche Beginn und der Eindruck einer erschwerten Einatmung.
- **Hustenanfälle** – sich steigender Husten bis zum Erbrechen
Typisch sind die immer rascher folgenden Hustenstöße oft bis zum Erbrechen.

Husten - sinnvolles Krankheitszeichen

Husten ist sowohl Hinweis auf eine Störung in den Atemwegen wie auch gleichzeitig eine körpereigene Maßnahmen, um die Funktion der Atemwegen zu verbessern.

Wann Husten behandeln?

Husten als körpereigene Maßnahme soll behandelt werden,

- um die Funktion des Hustens zu unterstützen oder
- um die mit Husten verbundene Unruhe und Schlaflosigkeit zu beseitigen.

Husten ist nicht immer zu behandeln.

Ein Husten, der weder das Kind noch die Familie stört, muss nicht behandelt werden.

Wie Husten behandeln?

Die Behandlung des Hustens soll

- das Husten durch unterstützende Maßnahmen zu erleichtern oder
- das Husten über Stunden beseitigen, damit Trinken, Essen und Schlaf des Kindes erleichtert und verbessert werden.

Allgemeinmaßnahmen

Folgende Maßnahmen helfen bei fast jeder Hustenform, das Husten zu erleichtern oder abzuschwächen:

- Nasenatmung frei machen,
- Atemluft anfeuchten,
- Atemluft kühlen,
- Trinken vermehren.

Medikamentöse Maßnahmen

Reichen die allgemeinen Maßnahmen nicht aus, können zusätzliche medikamentöse Maßnahmen die Behandlung unterstützen. Nasentropfen sorgen für eine durchgängige Nasenatmung durch „Spülungen“ mit 0,9%iger Kochsalzlösung oder durch Anwendung abschwellender Nasentropfen.

Sekretlöser feuchten die Atemwege an und erleichtern das Abhusten von Schleim. *Angewendet werden Ambroxol, Thymian, Efeu, andere pflanzliche oder homöopathische Medikamente.*

Mukolytika verflüssigen vorhandenen, zähen Schleim und sorgen durch sein Abhusten für freie Atemwege. *Acetylcystein ist das wesentliche Präparat neben pflanzlichen oder homöopathischen Medikamenten.*

Broncholytika verhindern, dass bei der Ausatmung oder beim Husten sich die Bronchien verengen, und erleichtern so das Abhusten von Schleim.

Zu ihnen gehören „Spasmo“- oder Asthma-Mittel zur Inhalation oder Einnahme wie auch Efeu oder andere pflanzliche und homöopathische Zubereitungen. Nur selten sind auch Kortisonpräparate unvermeidbar.

Hustenstiller hemmen den Hustenreflex und „stillen“ Husten; dadurch verhindern sie aber in der Zeit ihrer Wirkung auch das Abhusten von Schleim.

Codeinpräparate, pflanzliche oder homöopathische Zubereitungen haben eine gute Wirkung und dürfen tags bei quälendem, trockenem Reizhusten oder nachts bei gestörtem Schlaf gegeben werden.

Die Therapie des Hustens hängt ab von der Hustenform, dem Entstehungsort des Hustens, der Tageszeit der Anwendung und dem gewünschten Therapieziel.

Schleimlösende Maßnahmen sollen nur bis zum Nachmittag angewendet werden. Husten unterdrückende Maßnahmen sollen möglichst nicht zum Einschlafen sondern erst in der Nacht gemacht werden, damit sie für eine danach ausreichende Nachtruhe sorgen.

Wann muss ein hustendes Kind untersucht werden?

Eine Untersuchung ist notwendig

- bei mehrtägigem nächtlichem Husten,
- bei Husten mit permanentem Fieber über mehr als 48 Stunden,
- bei allgemeiner Beeinträchtigung und Leistungseinschränkung des Kindes.

Ein Allergietest ist je nach Alter bei familiärer Belastung mit Allergien nötig.

Infekthäufung

Husten tritt im Rahmen häufiger Erkrankungen der Atemwege gerade bei jungen Kindern besonders in den Wintermonaten infolge einer dem Alter entsprechenden aber unreifen, kindlichen Abwehrfähigkeit und häufiger nicht kontrollierter Kontakte zu anderen Erkrankten vor allem in Gruppen und besonders in schlecht belüfteten, überheizten Räumen mit vielen Menschen auf.

Mit zunehmendem Alter kann bei familiärer Belastung mit allergischen Erkrankungen eine Atemwegsallergie auf Milben, Tierhaare oder andere Allergene Ursache für lang andauernden Husten und Infektanfälligkeit sein.

Internetseiten zum Thema Husten:

www.medizinfo.de/kinder/husten/start.htm

www.familienhandbuch.de

(Januar 2006)