



Marlies Werbke
Katja Overmoyer

Ohlkoppel 18
24848 Kropp
Tel: 04624-1221
Fax: 04624-3366

Mein Kind hustet, was tun???

Viele Eltern fragen sich, warum wir nicht mehr das „Prospan“- oder „Mucosolvan“-Rezept ausstellen, wenn ihr Kind hustet. Das hat folgenden Grund:

In den letzten Jahren wurden viele Untersuchungen über die Wirksamkeit von verschreibungsfreien Hustensäften gemacht, die alle zum selben Ergebnis kamen:

Ein normaler Erkältungshusten beim Säugling und Kleinkind wird durch Viren hervorgerufen. Dieser ist zwar lästig, aber verschwindet mit oder ohne Hustensaft nach 1-2 Wochen. Eine Wirksamkeit von Hustensäften konnte in keiner Untersuchung nachgewiesen werden.

Wohlgermerkt: Das gilt nur für nicht verschreibungspflichtige Mittel!

Einige Tipps zur Behandlung:

- Wichtig ist es, die Nase frei zu halten, damit der Hustenreiz nicht durch Mundatmung verschlimmert wird. Dafür verschreiben wir Ihrem Kind abschwellendes Nasenspray oder Nasentropfen.
- Ausreichend Flüssigkeit bei Kindern über 1 Jahr gern warmer Tee mit Honig, aber nicht in die Nuckelflasche.
- Viel frische Luft auch bei Wind und Wetter!
- Nicht rauchen !!!
- Evtl. Herstellung eines Zwiebel-Honig-Saftes (siehe unten)
- Bei quälendem Hustenreiz, der sie und das Kind nachts nicht schlafen lässt, können wir einen Hustenstiller verschreiben.
- Ein lockerer, rasselnder Husten bedarf keiner Behandlung, da das Kind den Schleim meistens abhustet (und dann wieder verschluckt).



Rezept zur Herstellung eines Zwiebel-Honig-Saft:

Schälen Sie zwei große Zwiebeln und hacken Sie beide klein. In einem verschließbaren Gefäß mischen Sie die Zwiebeln mit 300g Honig. Der Ansatz sollte mindestens zwei Stunden - am besten über Nacht - ziehen. Danach wird die Zubereitung durch ein Sieb gegeben und der Sirup in ein verschließbares Gefäß gefüllt. Davon gibt man 3 x 2 Teelöffel mit etwas Flüssigkeit.



Ihr hustendes Kind sollte uns vorgestellt werden, wenn es:

- Jünger als 6 Monate ist
- Sich schlecht fühlt, krank, blass, appetitlos wird
- Ganz plötzlich (aus dem Spiel heraus) anfängt, heftig zu husten, weil dann besteht die Gefahr, dass ein kleines Spielzeug in die Atemwege gelangt ist.
- Leichtes Fieber (um 38,5°) über mehr als 3 Tage, oder plötzlich sehr hohes Fieber hat >39,5° hat.
- Noch unter 1 Jahr ist und schlecht trinkt.
- Angestrengt oder laut atmet, giemt oder pfeift, Atemnot hat, sehr schnell atmet.
- Über zusätzliche Ohrenschmerzen klagt
- Länger als Wochen hustet ohne weitere Krankheitszeichen
- Bei Anstrengung hustet.
- Nach dem Essen hustet.
- Immer nur, wenn Sie es hinlegen hustet



Gute Besserung !!!!

Wünscht das Praxisteam