



Husten

Husten wird in der Regel ausgelöst durch eine Infektion mit Viren an den Atemwegen. Durch Tröpfchen von einer Person zur andern werden die „Erkältungsviren“ übertragen. Zu den viralen Infektionen der Atemwege gehören je nach Lokalisation von oben nach unten folgende Symptome :

- Schnupfen, laufende Nase. Der Schleim läuft im Liegen in die Luftröhre und macht Husten
- Halsweh, oft mit Appetitmangel wegen Schluckschmerzen, quengeliges Verhalten, Schmerzen beim Husten
- Entzündung des Kehlkopfes : „Croup“ mit bellendem Husten, Heiserkeit und Stridor (geräuschvolle **Einatmung**)
- Bronchitis mit produktivem Husten und Schleimerbrechen.
- obstruktive Bronchitis mit pfeiffender Atmung und allenfalls Atemnot. Die Atmung kann „stossend“ sein, wird auch als „Brummen“ „Röcheln“ oder „Winseln“ beschrieben. Alle diese Geräusche sind beim AUSatmen.

Fast alle Hustenepisoden entstehen durch Reizung der oberen oder unteren Atemwege, durch virale Entzündung der Schleimhaut.

Der Husten ist typischerweise zunächst trocken , dann im Verlauf produktiv (feucht).

Wenn der Husten von „tief“ unten tönt, gefällt er uns am besten, denn dann macht Husten Sinn, da der Schleim mobilisiert wird. Auch wenn ihn kleinere Kinder immer runterschlucken und nicht ausspucken, immerhin kommt er weg aus den Atemwegen.

Es gibt viele Medikamente gegen Husten, die meisten sind aber nur wenig wirksam. Unser Ziel ist, den (mitunter zwar lästigen, aber) unkomplizierten Husten von demjenigen, der auf eine relevante und behandlungspflichtige Krankheit hinweist, zu trennen. In 99% der Fälle husten die Kinder wegen einem gutartigen Husten, der einzig durch das Immunsystem geheilt werden kann. Das verlangt zwar Geduld, ist aber letztendlich eine gesunde Tätigkeit unseres Körpers. Wieso ein Kind mit einem viralen Infekt 3 Tage hustet und ein anderes, genauso gesundes Kind ab dem gleichen Infekt 3 Wochen, können wir nicht beantworten, und spielt auch keine Rolle.

Husten kann durch Erkrankungen der

oberen Atemwege entstehen. Das sind Nasen-, Rachenraum und obere Luftröhre. Der Husten wird dann durch herunterlaufendes Sekret aus den Schleimhäuten der oberen Luftwege (Schnupfen) verursacht.

Der Luftröhreninfekt, als **Tracheitis** bezeichnet, ist eine häufige Ursache für typischerweise trockenen Husten.

Eine Schwellung im Bereich der Trachea unmittelbar unterhalb der Stimmlippen äußert sich mit dem Bild eines

Pseudocroup oder Croup. Er kommt durch eine Schwellung eines Drüsenpaketes unmittelbar unter dem Kehlkopf zustande. Die Einengung der Luftröhre verursacht Laute und Atembehinderungen, die schrecklich tönen können. Zum Glück hört es sich schlimmer an, als es ist. Der Croup macht eine geräuschvolle **Einatmung**. Man nennt das "Japsen" oder "Einziehen" beim Einatmen auch **Stridor**. Im Croupenfall (typischerweise Herbstmonate und fast immer nachts) ist der Husten trocken, sogar bellend („Seehund-Bellen“), später kann der Husten produktiv werden.

Wichtig ist : das Kind beruhigen. Wenn es ruhig atmet und aufrecht sitzt, hat es immer genug Luft.

Ein Croupsyndrom (Husten, Stridor, Heiserkeit) bessert sich meist spontan durch Beruhigung des Kindes, durch Gabe von kaltem Getränk, Schmerzmittel und aufrechter Haltung, allenfalls in Umgebung mit feuchter Luft (Badezimmer neben laufender Brause) oder kühlere Luft (auf den Balkon stehen).

Ebenso sind Schmerzmittel (=Fiebermittel) hilfreich, da die Luftröhre beim Husten schmerzen kann. Bei hartnäckigen oder wiederholten Fällen werden wir Sie in der Praxis beraten, wie Sie mit einem Medikament zusätzlich abschwellend behandeln können. (eine Dosis Cortison)

Husten kann durch Entzündung in den **unteren Atemwege** (Bronchitis) entstehen. Sie bestehen aus den Hauptbronchien, von wo in die rechte und linke Lungen nach dem Prinzip der 2-Teilung weitere Bronchialäste abzweigen.

Therapie bei Bronchitis Husten

Die typischen Hustenepisoden der Wintermonate beginnen meist mit einem trockenen Reizhusten, der in einen produktiven Husten übergeht. Anfänglich findet sich eine gereizte Schleimhaut, noch ohne dass Sekret gebildet worden ist. Dieser Husten kann schmerzhaft, lästig und "ineffektiv" sein. Ineffektiv, weil er keine Reinigungsfunktion innehat.

Die Medikamente, die einen Reizhusten behandeln, wirken auf das Hustenzentrum im Gehirn und versuchen, den Hustenreiz zu lindern. Im Gegensatz dazu sollte ein produktiven Husten nicht verhindert werden, sondern effektiver gemacht werden, indem das Sekret verflüssigt wird. Flüssiges Sekret kann besser mobilisiert werden, und so durch einen Hustenstoß die Bronchien effektiver gereinigt werden. Sekret ist Zell- und

Virenschutt und sollte ausgehustet werden. Stellt man bei Sekretanschoppung den Husten "zentral" im Gehirn einfach still, dann bleibt das Sekret länger liegen.

Eine spezielle Form der Infektion der unteren Atemwege ist die sogenannte **obstruktive Bronchitis oder Bronchiolitis**

Durch das Anschwellen der Schleimhaut wird der Durchmesser der Bronchien enger und es kann zu pfeifender Ausatmung und Atemnot kommen.

Verengung kommt aber nicht nur durch die Sekretmassen zustande, die bei einer Bronchitis oder Bronchiolitis produziert werden, sondern auch durch die Verkrampfung der Muskulatur, die sich um die Bronchien befinden.

In diesem Fall kann eine Therapie mit dem muskelweitmachenden Ventolin versucht werden.

Therapie des Hustens bei obstruktiver Bronchitis

Diese spezielle Form der Bronchitis zeigt typischerweise pfeifende Atmung und Atemnot. Im Vordergrund steht die Verengung der mittelgrossen Bronchien („Aeste des Lungenbaumes“). Die pfeifende Atmung kann an das Winseln eines kleinen Hundes erinnern, und **geschieht nur bei der Ausatmung**. Die Atmung ist „stossend“. Die Luft kann nicht genügend schnell aus dem Brustkorb ausgeatmet werden (beim Einatmen besteht kein Hindernis, weil weiter oben nichts verengt ist). Die Luft bleibt also in den Lungenbläschen, was eine Ueberblähung des Lungengewebes zur Folge hat (Die Lungen sind zu sehr aufgeblasen).

Hier bringt die Inhalationstherapie mit **Ventolin** Linderung. Ventolin hilft, den Bronchialkrampf zu lösen und die Bronchien wieder weiter zu stellen. Nur so kann entspannt geatmet werden und Können Sekretmassen aus der Lunge hochgehustet werden. Ventolin wirkt hier auch als Mittel gegen den Husten.

Husten bei **Lungenentzündung** : Die Lunge selbst besteht aus den Alveolen, bildlich sind sie die Blätter in diesem Bronchialbaum. In diesen Lungenbläschen findet die Sauerstoffaufnahme und CO₂ Abgabe in bzw. aus dem Blut statt.

Viel seltener ist die Lunge (als eigentliche Lungenentzündung) betroffen.

Die Lungenentzündung macht immer Fieber und macht deutlich kranke Kinder. Da Lungenentzündungen meist durch Bakterien entstanden kommen, sind sie gefährlicher und müssen mit Antibiotica behandelt werden

Banaler Husten oder Lungenentzündung (Pneumonie)

Die Lungenentzündung (Pneumonie) kann eine gefährliche Erkrankung sein. Vor allem die bakteriellen Lungenentzündungen waren vor der „antibiotischen Zeit“ eine häufige Todesursache im Kindesalter. Vor allem in ärmeren Bevölkerungsschichten, bei Menschen, die in ungeheizten, feuchten und engen Räumen beieinander gelebt haben, hat so die Lungenentzündung als bakterielle Komplikation einer viralen zu leidbringenden Epidemien geführt. Heute ist die Lungenentzündung eine ernste, aber eine meist einfach zu behandelnde Krankheit, nämlich mit einem Antibioticum.

Auch wenn sich eine bakterielle Lungenentzündung auf einen viralen Infekt aufpfopfen kann, ist es falsch, bei viralen Infektionen der Luftwege „prophylaktisch“ ein Antibioticum einzusetzen. An eine Lungenentzündung ist

dann zu denken, wenn das Kind hustet und fiebert, nicht gut trinkt, weder spielt noch rumläuft. Ein lauter bellender Husten spricht eher gegen eine Lungenentzündung, ebenso wie ein fieberfreier Zustand. Die „kalte Lungenentzündung“ gibt es eigentlich nicht, denn auch diese „atypischen Pneumonien“ machen Fieber.

Husten bei Asthma

Asthma bronchiale ist eine Schwellung der Bronchialwand, die zu Hustenreiz und Atembeschwerden infolge der Luftwegseingengung führt. Entsprechend dem Ergebnis muss die Luft beim Ausatmen ausgepresst werden, was die Bronchialwand in Schwingung bringt. Das führt zu „pfeiffender Atmung“. Manchmal wird das Geräusch auch mit „Keuchen“ verglichen. Der Husten ist oft plagend, weil er durch das Abschwächen des Atemstosses wegen Verengung der Bronchien unwirksam ist, lange dauert und somit zu Atemnot führt. Durch den Überdruck im Brustkorb beim Husten kollabieren die kleinen Bronchien zusätzlich, was die gestörte Atemmechanik verstärkt.

Die Therapie des Asthmahustens ist nur in Ausnahmefällen Hustenmittel. Das wichtigste Mittel ist das Ventolin, das inhaliert wird und so am Ort des Geschehens die verkrampften Bronchien wieder weitstellen sollte.

Achten sie bei ihrem Kind, das seit Wochen hustet auf solche Atem-Nebengeräusche beim Ausatmen.