

# Lästiger Husten?

## In der Apotheke erhalten Sie nicht nur Hustenbonbons

Der Herbst hat Einzug gehalten und somit auch wieder die Hustensaison. Doch Husten ist nicht gleich Husten. Apothekerin Samantha Megel klärt auf.



FOTO: ZVIG

**Samantha Megel**  
Apothekerin und Expertin Evidence Based Practice (EBP)  
Abteilung Innovation

### Frau Megel, warum husten wir eigentlich?

Husten ist hauptsächlich ein sinnvoller Reflex und ein wichtiger Teil der Selbstreinigungs- und Abwehrmechanismen der Lunge. Es ist deshalb nicht ratsam, den Husten systematisch mit Medikamenten zu unterdrücken. Bei gesunden Erwachsenen ist eine einfache Erkältung die häufigste Ursache von Husten.

### Wie behandelt man Husten am besten?

Ein «normaler» Husten von bis zu drei Wochen kann in der Apotheke behandelt werden. Gewisse Hustenmittel sind rezeptpflichtig, dürfen aber trotzdem ohne ärztliche Verschreibung direkt in der Apotheke bezogen werden. Das wissen leider viele Leute nicht. Im Rahmen einer «Konsultation in der Apotheke» werden Sie kompetent beraten und erfahren, welche Hustenmittel für Sie am besten geeignet sind oder wann Sie sich doch lieber an

Ihre Ärztin oder Ihren Arzt wenden sollten.

### Was muss man sich am Beispiel «Husten» unter einer Konsultation in der Apotheke vorstellen?

Das Apothekenteam wird Ihnen ein paar Fragen stellen, um einen ersten Hinweis auf die Hustenursache zu erhalten. Husten wird nicht zwingend nur durch Erkältungsviren ausgelöst. In seltenen Fällen ist Husten auf Ursachen ausserhalb des Atmungstraktes, wie zum Beispiel eine Herz-Kreislauf-Erkrankung oder saures Aufstossen (Refluxkrankheit), zurückzuführen. Er kann auch bei Allergien (etwa Heuschnupfen) auftreten. Weitere Ursachen für Hustensymptome könnten eine Lungentzündung oder Keuchhusten sein.

### Trockener oder produktiver Husten – was ist der Unterschied?

Für die Behandlung ist es wichtig zu unterscheiden, ob es sich um einen trockenen Reizhusten oder einen produktiven Husten (mit Auswurf) handelt. Im Falle einer Virusinfektion ist die erste und die letzte Phase oft ein trockener Reizhusten.

### Behandlung mit Hustenstillern oder Hustenlöser?

Bei trockenem Reizhusten ist kurzfristig die Anwendung von Hustenstillern (sogenannten Antitussiva) möglich. Sobald sich der Husten löst, sollte das Antitussivum abgesetzt beziehungsweise bei starkem nächtlichem Reizhusten nur noch zur Nacht angewendet werden. Vor allem codeinhaltige Präparate können den Nachtschlaf verbessern. Bei produktivem Husten fördern Hustenlöser den Auswurf beziehungsweise das Abhusten von Bronchialschleim.

### Wie sieht es mit Kombinationspräparaten aus?

Aus pharmazeutischer Sicht ist die gleichzeitige Einnahme von Antitussiva und Expektoranzien – wie es im Fall von Kombinationspräparaten vorkommen kann – nicht sinnvoll. Wenn der vermehrt produzierte Schleim durch eine Unterdrückung des Hustens nicht abgehustet werden kann, besteht die Gefahr eines Sekretstaus. Dieser bildet einen Nährboden für Bakterien und weitere Keime. ■

Lassen Sie sich in Ihrer Apotheke beraten und behandeln – nicht nur zum Thema Husten.



«Husten, wir haben ein Problem.»

Charles (35) aus La Neuveville



Mehr Informationen

[www.wir-machens-moeglich.ch](http://www.wir-machens-moeglich.ch)

