



# Ziemlich trocken

**Reizhusten--** Für die Selbstmedikation von Husten ohne Auswurf stehen pflanzliche und synthetische Wirkstoffe in den unterschiedlichsten Darreichungsformen und Zusammensetzungen zur Verfügung. Ein Überblick für die Beratung.

TEXT: STEFANIE FASTNACHT

**B**ei akuten Bronchitiden ist die Schleimhaut in den Bronchien entzündet. Voraus geht in der Regel ein viraler Infekt der oberen Atemwege (Schnupfen, Nasennebenhöhlen-, Rachen-, Kehlkopfentzündung) – der sich im Krankheitsverlauf in die unteren Atemwege ausbreitet. Meistens lösen Viren, seltener Bakterien, Pilze oder Reize aus der Umwelt die Erkrankung aus. Folge der Schleimhautentzündung in den Bronchien ist ein zunächst trockener Reizhusten, der nach ungefähr zwei bis drei Tagen schleimig wird. In der Regel verlaufen akuter Husten (< 3 Wo.) und subakuter Husten (< 8 Wo.) selbstlimitierend. Das sollten Sie gegenüber Kunden bei der Beratung immer betonen. Bei ansonsten gesunden Erwachsenen kann trockener Husten mit Antitussiva gelindert und die Lebensqualität der Betroffenen verbessert werden. Dauert der Husten länger (> 8 Wo.), wird er als chronisch eingestuft. Spätestens dann sollten Sie zu einem Arztbesuch raten. Das Gleiche gilt, wenn sich Symptome wie Fieber, Atemnot oder Kurzatmigkeit zum Hus-

ten gesellen. Dahinter können sich eine eitrige Bronchitis oder eine Lungenentzündung verbergen. Babys, Kleinkinder, Senioren und Menschen, die unter einer Abwehrschwäche oder Erkrankungen wie Asthma und COPD leiden, sollten immer einen Arzt konsultieren.

## ANTITUSSIVA

Durch die Entzündung in der Atemwegs- beziehungsweise Bronchialschleimhaut werden Hustenrezeptoren gereizt, und es entwickelt sich zu Beginn der Erkrankung trockener, unproduktiver Reizhusten in unterschiedlichen Intensitäten. Nach einem ausgeheilten Infekt kann dieser als postinfektiöser Husten noch längere Zeit weiterbestehen. Davon sind bis zu 25 Prozent der Erwachsenen betroffen. Auch hier ist es wichtig, die Kundschaft darauf hinzuweisen, dass postinfektiöser Husten bei ansonsten gesunden Erwachsenen in der Regel von selbst abklingt (selbstlimitierend). Je nachdem, wie stark die Bronchialmuskulatur und andere an der Atmung beteiligte Muskelgruppen sich beim

## ZUSAMMENGEFASST

- ▲ Infekte der oberen und unteren Atemwege werden von Husten begleitet.
- ▲ Akute Atemwegsinfekte machen sich zu Beginn durch trockenen Reizhusten bemerkbar.
- ▲ Reizhusten kann nach einem abgeheilten Infekt noch über mehrere Wochen fortbestehen.
- ▲ Zu den synthetischen Antitussiva zählen Dextromethorphan, Dropropizin, Levodropropizin und Pentoxifyverin.
- ▲ Standardisierte Auszüge aus Eibischwurzel, Isländisch Moos, Spitzweigerichblättern sowie ein Komplex aus Polysacchariden, Harzen und Flavonoiden sind pflanzliche Antitussiva.

Husten verkrampfen, können bei Reizhusten begleitend Schmerzen im Brustkorb auftreten. Hustenreizdämpfende Arzneimittel (Antitussiva) mit synthetischen und pflanzlichen Wirkstoffen können Linderung verschaffen.

**Synthetisches**

Gegen Reizhusten werden für die Selbstmedikation Dextromethorphan, Dropropizin, Levodropropizin und Pentoxyverin angeboten.

**Dextromethorphan**-- Das Morphin-Derivat setzt die Häufigkeit und Intensität von Hustenstößen zentral durch Hemmung des Hustenzentrums im Stammhirn herab. Dextromethorphan hat allerdings ein (geringes) Abhängigkeitspotenzial, worauf auch die Autoren der S3-Leitlinie „Akuter und chronischer Husten“ der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (DE-GAM) aufmerksam machen. Bei längerem Gebrauch können sich Gewöhnung (Toleranz), psychische und physische

Abhängigkeit entwickeln. Daran sollten Sie bei der Beratung von Jugendlichen und Kunden mit Arzneimittelmissbrauch oder Medikamentenabhängigkeit in der Vorgeschichte denken. Zudem darf der Wirkstoff wegen der Gefahr einer Atemdepression nicht bei Asthma bronchiale eingesetzt werden. Jugendliche (>12 J.) und Erwachsene können Dextromethorphan in Eigenregie drei bis maximal fünf Tage einnehmen. Raten Sie dazu, während der Behandlung keinen Alkohol trinken, weil Dextromethorphan die zentraldämpfende Wirkung von Alkohol verstärkt. Die Wirkung tritt nach oraler Einnahme nach etwa 15 bis 30 Minuten ein und hält zwischen drei bis sechs Stunden an.

**Dropropizin**-- Die Substanz wirkt überwiegend peripher hustenreizdämpfend und zusätzlich leicht bronchodilatierend und spasmolytisch. Dropropizin kann Kindern ab zwölf Jahren gegeben werden. Die Wirkung hält etwa sechs Stunden an. In sehr hohen Dosen kann der Wirkstoff

kurzfristig den Blutdruck senken und Herzklopfen verursachen.

**Levodropropizin**-- Das (S)-Enantiomer von Dropropizin wirkt ebenfalls peripher antitussiv. Klinische Studien zeigen in allen Altersgruppen eine gute Wirksamkeit und Verträglichkeit. Der Wirkstoff ist zugelassen zur symptomatischen Behandlung von Reizhusten bei Kindern (> 2 J.), Jugendlichen und Erwachsenen. Laut Fachinformation wird er dreimal täglich zwischen den Mahlzeiten in einem Abstand von mindestens sechs Stunden eingenommen. Die Behandlungsdauer sollte sieben Tage nicht überschreiten.

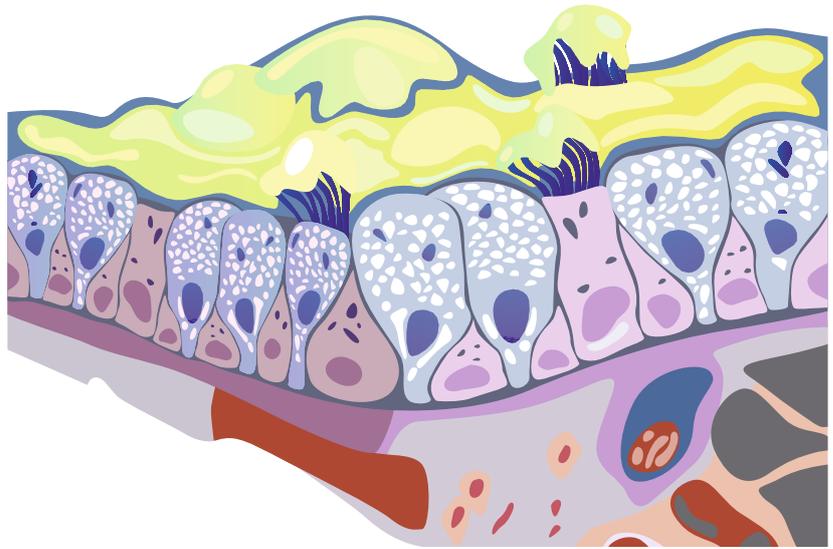
**Pentoxyverin**-- Es wirkt wie Dextromethorphan zentral hustenreizdämpfend, besitzt aber zusätzlich leicht bronchodilatierende, spasmolytische und anticholinerge Eigenschaften. Die gefäßerweiternde Wirkung hat den Vorteil, dass Pentoxyverin bei Asthma bronchiale empfohlen werden kann. Die maximale Einnahmedauer in der Selbstmedikation

**Aus dem OTC-Sortiment\***

Arzneimittel	Wirkstoff(e)	Dosierung	Hinweise
<b>Synthetische Antitussiva</b>			
Larylin Husten-Stiller Saft	Dropropizin	Erw., Jgdl. (> 12 J.): bis zu 3 x tgl. 10 ml, TMD 30 ml	max. 2 Wo. einnehmen
Quimbo Tropfen	Levodropropizin	Erw., Jgdl. (> 12 J.): ED 60 mg (20 Tr.), bis zu 3 x tgl. Kdr. (2 – 12 J.): TMD 1 Tr. pro kg KG (3 mg L. /kg KG), aufgeteilt in 3 Dosen	mind. 6 h Abstand zwischen den Einzeldosen
Sedotussin Hustenstiller Tropfen	Pentoxyverin	Erw., Jgdl. (> 14 J.): 3 – 4 x tgl. 34 – 51 Tr. (57 – 114 mg Pentoxyverin/d) Kdr. (2 – 5 J.): TD 0,5 – 1 mg Pentoxyverin/kg KG Kdr. (6 – 13 J.): TD 1 – 2 mg Pentoxyverin/kg KG	Tropfen unverdünnt oder mit Flüssigkeit einnehmen
Silomat Hustenstiller Dextromethorphan intensiv	Dextromethorphanhydrobromid	Erw., Jgdl. (> 12 J.): ED 30 mg, bis zu 4 x tgl. (TMD 120 mg)	max. 5 d alle 6 h 1 Kapsel unzerkaut mit Wasser einnehmen
<b>Pflanzliche Antitussiva</b>			
Broncho Sern Sirup	Spitzwegerichblätter-Fluidextrakt	Erw., Jgdl. (> 12 J.): 3 x tgl. 7,5 ml Kdr. (2 – 6 J.): - 3 x tgl. 2,5 ml Kdr. (7 – 12 J.): 3 x tgl. 5 ml	unverdünnt zwischen den Mahlzeiten einnehmen, nach dem Öffnen 2 – 8 °C (Kühlschrank) aufbewahren
Grintuss Kindersaft mit Poliresin	Komplex Poliresin, Honig	Kdr. (1 – 6 J.): 2 – 4 x tgl. 1 gestr. Löffel Kdr. (> 6 J.): 2 – 4 x tgl. 2 gestr. Löffel	Medizinprodukt, letzte Einnahme v. d. Schlafen, vor Gebrauch schütteln
Isla Moos Pastillen	Isländisches Moos Extrakt	Erw., Kdr. (> 4 J.): mehrmals tgl. 1 – 2 Pastillen	Medizinprodukt, Kdr. sollten lutschen können
Phytohustil Hustenreizstiller Sirup	Eibischwurzel-Extrakt	Erw., Jgdl. (> 12 J.): 3 – 6 x tgl. 10 ml Kdr. (1 – 2 J.): 4 x tgl. 3 ml Kdr. (3 – 5 J.): 4 x tgl. 4 ml Kdr. (6 – 11 J.): 5 x tgl. 5 ml	vor dem Schlucken lange in Mund- und Rachenraum halten, danach mind. 30 Min. nichts essen oder trinken

\*beispielhafte Nennungen ohne Anspruch auf Vollständigkeit (Stand der Information: 12.11.2024)

## Selbstreinigungsmechanismus der Atemwege



Die mukoziliäre Clearance dient der natürlichen Reinigung der Atemwege. Durch das Zusammenspiel von Schleimhaut und Flimmerhärchen werden Fremdkörper und Krankheitserreger Richtung Rachen transportiert. Ist dieser Mechanismus gestört, zum Beispiel bei einem grippalen Infekt, unterstützt Husten die Abwehrfunktion.



**STARKE UND HÄUFIGE HUSTENANFÄLLE BELASTEN DIE BRONCHIALMUSKULATUR**

beträgt zwei Wochen. Wegen der Gefahr einer Atemdepression eignet sich die Substanz allerdings nicht für Kinder unter zwei Jahren.

▲ **Wichtig**– Denken Sie bei der Empfehlung von synthetischen Antitussiva daran, dass es aufgrund des eingeschränkten Hustenreflexes zu einem Sekretstau kommen kann. Um vorzubeugen, sollten Sie die Wirkstoffe nicht direkt mit Expektoranzien kombinieren. Falls zusätzlich ein Expektorans notwendig ist, wird dieses am Tag verabreicht. Das Antitissivum kommt erst zur Nacht dazu, um einen möglichst erholsamen Schlaf zu gewährleisten.

### Pflanzliches

Hustenreizlindernd wirken vor allem Drogen, die Schleimstoffe enthalten. Die Polysaccharide bilden zusammen mit Wasser über der entzündeten Rachenschleimhaut einen schützenden und befeuchtenden Film, der auch dazu beiträgt, die Übererregbarkeit der Hustenrezeptoren im Rachen zu dämpfen. Angeboten werden OTC-Arzneimittel mit standardisierten Auszügen aus Eibischwurzel und Spitzwegerichblättern beziehungsweise ein Medizinprodukt mit Isländisch Moos.

Physikalische und biologische Wirkungen entfaltet zudem ein pflanzenbasiertes, stoffliches Medizinprodukt mit einem pflanzlichen Komplex (Poliresin) aus Polysacchariden, Harzen, Flavonoiden (aus Spitzwegerich, Grindelie, Strohhblume) und Honig. Da Präparate mit Schleimstoffen durch den Schutzfilm, den sie auf der Mund- und Rachenschleimhaut bilden, die Resorption gleichzeitig eingenommener anderer

Arzneistoffe beeinträchtigen können, ist ein zeitlicher Abstand von etwa zwei Stunden zwischen den einzelnen Medikationen ratsam.

### Beratungstipps

Bei Reizhusten haben sich verschiedene Begleitmaßnahmen bewährt. Raten Sie der Kundschaft, die Rachenschleimhaut mit Hilfe von Lutschtabletten feucht zu halten. Klagen Kunden über Schmerzen im Brustraum beim Husten, können Sie ihnen Einreibungen mit ätherischen Ölen und/oder warme Brustwickel empfehlen. Hierdurch wird das Lösen von Schleim angeregt, gleichzeitig entspannen sich die Atemmuskulatur und andere für die Atmung wichtige Muskelpartien. Das Befeuchten der Raumluft und der Verzicht auf Nikotin fördern den Heilungsverlauf ebenfalls. \*

