



Husten, husten, husten

Warum hustet mein Kind? Und braucht es ärztliche Hilfe? Dieses Infoblatt zu Atemwegserkrankungen bei Säuglingen und Kleinkindern unter drei Jahren soll bei solchen und weiteren Fragen weiterhelfen.

Jedes Kind ist ab und zu krank und hustet. Meist ist dies harmlos. Jedoch gibt es bei Säuglingen und Kleinkindern auch schwerere Formen von Husten, pfeifender Atmung oder Atemnot.

Erkrankungen der oberen Atemwege

Zu den Erkrankungen der oberen Atemwege gehören Schnupfen, Rachenentzündungen und der Croup (auch «falscher Croup» oder «Pseudocroup»). Diese Erkrankungen werden häufig durch Erkältungsviren verursacht, die durch Tröpfchen übertragen werden. Typische Beschwerden sind Fieber, Schnupfen und Halsbeschwerden. Beim Croup können zudem Atemnot und karchelnde Atemgeräusche auftreten. Helfen Sie dem Kind aufzusitzen und lassen Sie es befeuchtete Luft einatmen (z.B. mittels Luftbefeuchter oder im dampfenden Bad). Dadurch werden die Beschwerden oftmals gelindert. Ist die Atemnot stark oder hat das Kind Mühe beim

Schlucken, sollten Sie Ihre Kinderärztin/ Ihren Kinderarzt aufsuchen.

Erkrankungen der unteren Atemwege

Grippeviren können auch die unteren Atemwege (Bronchien = Atemwege in den Lungen) befallen und zu einer Bronchitis führen. Sind auch die kleinsten Atemwege betroffen, spricht man von einer Bronchiolitis. Durch die Virusinfektion wird die Schleimhaut gereizt, entzündet sich und sondert Schleim ab. Das Kind hustet. Bei einer starken Entzündung ziehen sich die Muskelfasern in der Atemwegswand zusammen und die Schleimhaut schwillt an. Dadurch verengen sich die Atemwege. Das Kind hat Atemnot und atmet (meist beim Ausatmen) pfeifend.

Auch andere Auslöser, zum Beispiel allergische Reizstoffe können zu einer Verengung der Atemwege führen. Diese Atemwegserkrankungen

Schweregrad der Atemwegserkrankungen

Die allermeisten Formen des gewöhnlichen Hustens sind harmlos und verschwinden spontan nach weniger als zwei bis vier Wochen. Bleiben die Beschwerden über längere Zeit bestehen oder leidet das Kind an einem mittelschweren oder schweren Verlauf (siehe Einteilung unten) sind entsprechende ärztliche Abklärungen notwendig.

- **Leicht:** Das Kind hustet, ist jedoch nicht beeinträchtigt beim Spielen, Trinken oder Schlafen.
- **Mittelschwer:** Das Kind wacht wegen Husten oder Atemnot nachts auf. Es kann nicht mehr spielen ohne zu husten oder ausser Atem zu kommen und hat Schwierigkeiten beim Trinken.
- **Schwer:** Das Kind ist unruhig, kann nicht mehr schlafen, hat Atemnot beim Trinken oder Sprechen. Blaue Lippen können auftreten.



bezeichnet man als Asthma-Bronchitis oder allergisches Asthma.

Mehr Informationen zu Lungen- und Atemwegserkrankungen bei Kindern finden Sie unter: www.lungenliga.ch/lungenkrankheiten-kinder

Risikofaktoren

Studien haben gezeigt, dass gewisse Faktoren mittelschwere und schwere Atemwegserkrankungen bei Säuglingen und Kleinkindern unter drei Jahren fördern:

- **Tabakrauch:** Raucht die Mutter in der Schwangerschaft, können sich die Atemwege der ungeborenen Kinder nicht richtig entwickeln. Auch Kinder, die in einem Haushalt leben, in dem geraucht wird, leiden häufiger an Atemwegserkrankungen.
- **Umweltbelastung:** Starke Luftverschmutzung hemmt die Funktion und das Wachstum der Lunge bei Kindern.
- **Frühgeburt:** Frühgeborene Säuglinge haben in den ersten Lebensjahren vermehrt Atemwegsprobleme. Dies betrifft insbesondere diejenigen Kinder, welche während längerer Zeit künstlich beatmet wurden oder Sauerstoff brauchten.
- **Allergische Veranlagung:** Einer der entscheidendsten Faktoren in diesem Zusammenhang ist eine



angeborene oder vererbte Veranlagung eines Kindes zu Allergien. Ist dies der Fall, reagieren Kinder auf natürlich vorkommende Umweltstoffe mit einer übermässig starken Entzündung der Haut oder der Schleimhäute. Kinder, deren Familienmitglieder bereits an allergischen Erkrankungen leiden, haben eine höhere Bereitschaft für Allergien. Allergische Erkrankungen, welche die Atemwege betreffen, sind Heuschnupfen und Asthma. Die häufigsten Auslöser für Allergien sind Blütenpollen, Tierhaare, Hausstaubmilben und Nahrungsmittel wie Kuhmilch, Eier, Nüsse oder Zitrusfrüchte. Vorbeugende Massnahmen können helfen, Allergene möglichst vom Kind fernzuhalten.

Hat unser Kind allergisches Asthma?

In den ersten drei Lebensjahren ist ein allergisches Asthma oft sehr schwer zu diagnostizieren, da Blut- und Hauttests Allergien bei Kleinkindern oft nicht anzeigen. Folgende Punkte könnten jedoch für ein frühkindliches Asthma sprechen:

- Andere Familienmitglieder leiden an allergischen Erkrankungen.
- Das Kind hat ausser Husten und Atemnot auch Ekzeme, Heuschnupfen, allergische Darmentzündungen oder eine Bindehautentzündung der Augen.

- Die Hustenepisoden sind sehr häufig. Eine Grippe löst die andere ab. Das Kind hat wenig beschwerdefreie Zeiten. Mit zunehmendem Alter wächst es die Atemprobleme nicht aus.
- Das Kind nimmt kaum an Gewicht zu und ist in seiner Entwicklung eingeschränkt.
- Die Eltern beobachten, dass gewisse Auslöser mit den Atemproblemen des Kindes verknüpft sind.

Mehr Informationen

zu Allergien und Allergenen finden Sie auf der Seite vom Allergiezentrum Schweiz [aha](http://www.aha.ch) www.aha.ch

Behandlungsmethoden

Je nach Ursache und Schweregrad der Erkrankung muss ein Husten anders behandelt werden.

Inhalationstherapie

Bei Atemwegserkrankungen mit Atemnot, Pfeifen und eingengten Atemwegen wie z.B. dem frühkindlichen Asthma braucht es eine konsequente Inhalationstherapie.

Es gibt grundsätzlich zwei Arten von Medikamenten zum Inhalieren: Medikamente, welche die Atemwege erweitern, und Medikamente, die gegen die Entzündung der unteren Atemwege kämpfen.



Die gezeichneten Stellungen erleichtern dem Kind in der Atemnot die Atmung.

Die Wirksamkeit der Inhalationstherapie ist hauptsächlich von drei Dingen abhängig:

- Die Kinder müssen richtig inhalieren, damit eine möglichst grosse Menge des Medikaments bis in die Lunge gelangt.
- Die Therapie muss regelmässig durchgeführt werden. Entzündungshemmende Medikamente wirken sehr langsam und nur, wenn sie über mehrere Wochen regelmässig inhaliert werden.
- Das Medikament muss richtig dosiert sein. Im Säuglingsalter ist dies nicht immer einfach und oft braucht dafür es ein stufenweises Herantasten sowie ein gutes Zusammenspiel zwischen Ärztin/ Arzt und Eltern.

Angst vor Kortison

Manche Eltern haben Bedenken, ihrem Kind kortisonhaltige Medikamente zu geben. Diese Ängste stammen aus einer Zeit, als Kortison noch als Tabletten gegen Asthma eingenommen werden

mussten. Da das Kortison beim Inhalieren genau dorthin gelangt, wo es wirken soll, ist – im Vergleich zu den früheren Tabletten – nur noch ein Bruchteil der Kortisonmenge nötig.

Inhalationsgeräte

Es gibt zwei Arten von Inhalationsgeräten, die sich für Säuglinge und Kinder im Vorschulalter eignen:

- In Nassinhalationsgeräten werden Medikamente in einer Flüssigkeit aufgelöst. Das Gerät versprüht dieses Flüssigkeitsgemisch, welches dann durch eine Maske eingeatmet wird.
- Dosieraerosole sind Inhalationssysteme, die beim Auslösen des Sprühstosses einen Wirkstoff in Form eines feinen Nebels freisetzen. Diesen atmen die Betroffenen ein. Damit der Wirkstoff in die Lunge gelangen kann, ist bei Kindern eine Vorschaltkammer nötig, in welcher der Wirkstoff verteilt wird.



Alternative, unterstützende Behandlungsmethoden

Ungefähr ein Drittel der Menschen mit Atemwegserkrankungen nimmt zusätzlich alternative, unterstützenden Methoden in Anspruch. Wichtig ist, dass die Eltern die ärztliche Fachperson über alle weiteren Behandlungen informieren. So können Missverständnisse oder eine ungenügende Behandlung verhindert werden.

Die Angebote der Lungenliga

Bei der Lungenliga finden Sie diverse Unterstützungsangebote:

- Bei allgemeinen Fragen zur Krankheit geben Ihnen die Fachpersonen Ihrer kantonalen Lungenliga gerne telefonisch Auskunft. Dies ersetzt jedoch keine ärztliche Abklärung. www.lungenliga.ch/kantone
- Liegt eine ärztliche Verordnung vor, beraten und betreuen die Fachpersonen der Lungenliga Sie und Ihr Kind kompetent und umfassend und helfen Ihnen, die Therapie in den Alltag zu integrieren.
- Die kantonalen Lungenligen bieten verschiedene Kurse für Kinder mit Atemwegserkrankungen an. www.lungenliga.ch/kurse
- Auf ihrer Website bietet die Lungenliga umfassende Informationen zu Asthma, unter anderem auch elf Lern-Videoclips, die Kindern mit Asthma helfen, besser mit ihrer Erkrankung umzugehen. www.lungenliga.ch/asthma