



Husten- und Erkältungsmittel – ein Leitfaden durch den Präparatendschungel

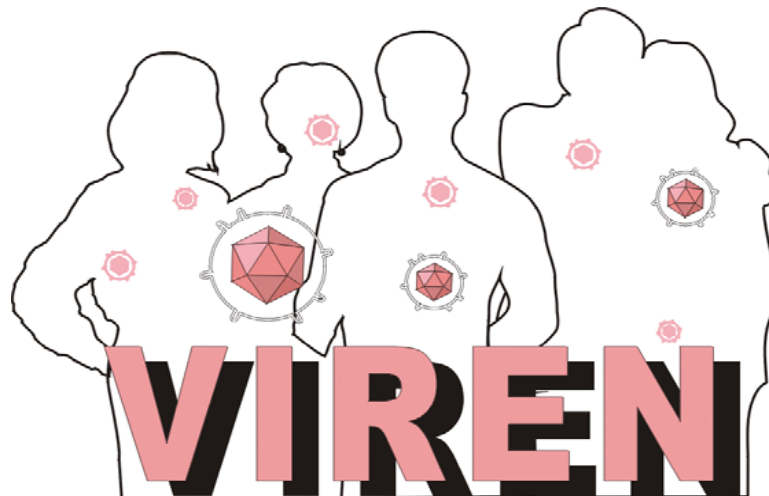
Dr. Ilisabe Behrens
Fachapothekerin für
Offizinpharmazie





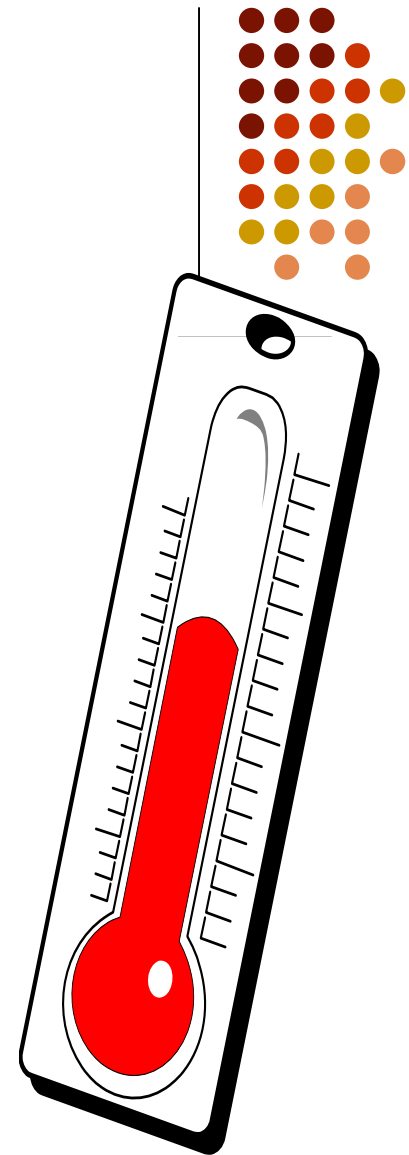
Grippe ↔ grippaler Infekt

- Unterscheiden sich wesentlich in der Art und im zeitlichen Ablauf der verschiedenen Symptome
- Müssen unterschiedlich therapiert werden (Selbstmedikation – Arzt)



Grippe

- Akute, fieberhafte Infektion durch Influenzaviren hervorgerufen
- Schwere Allgemeinsymptome im Frühstadium
 - Kopf- und Gliederschmerzen
 - Kreislaufstörungen
 - Atemwegsbeschwerden
- Oft langanhaltende Erholungsphase



Grippaler Infekt



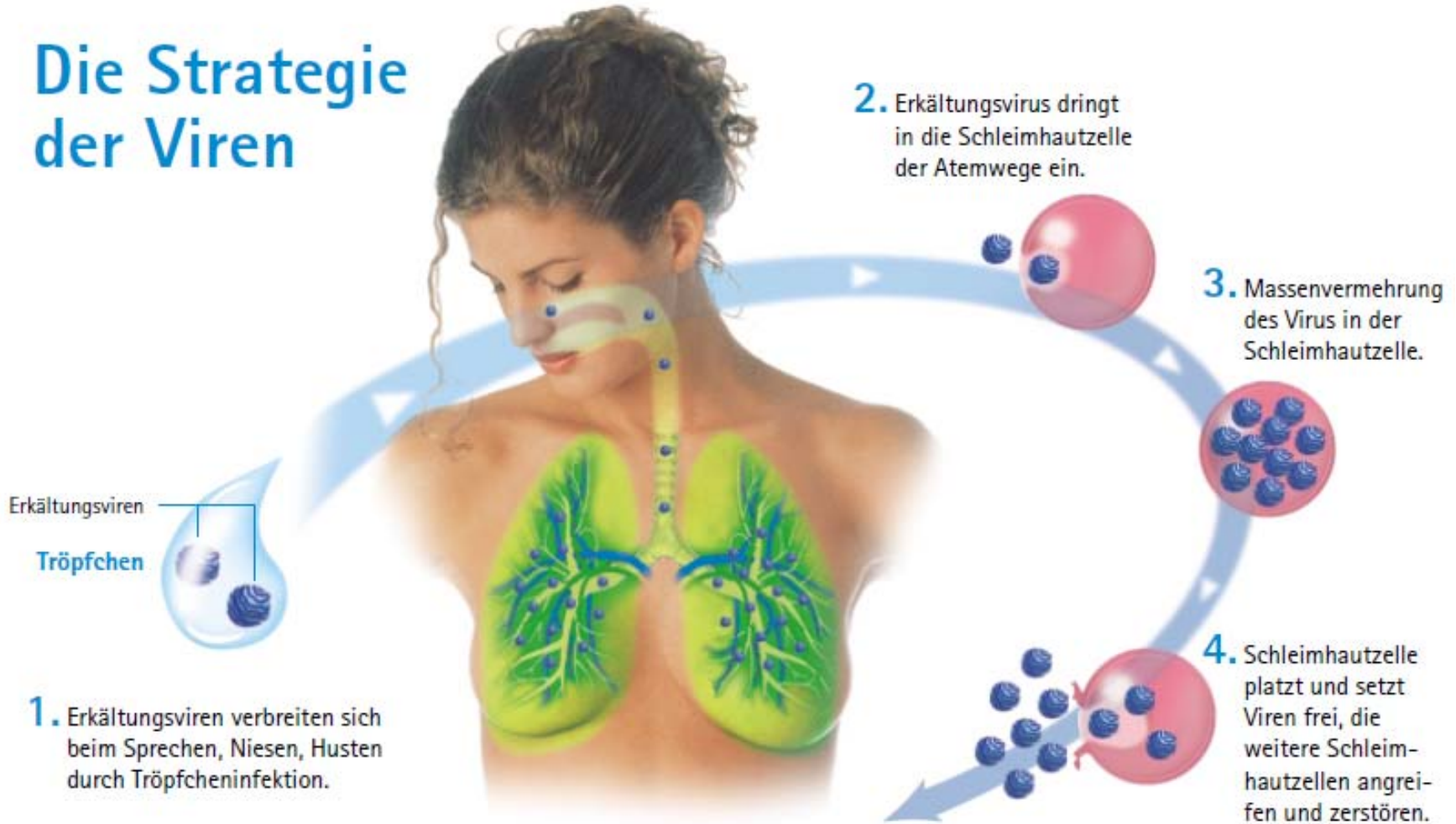
- Leichter verlaufende Infektion der Atemwege durch verschiedene Viren hervorgerufen
- Häufige Symptome:
 - Schnupfen
 - Husten
 - Heiserkeit und/oder Halsschmerzen
 - Kopfschmerzen
 - Evtl. Fieber



Was passiert bei einem grippalen Infekt

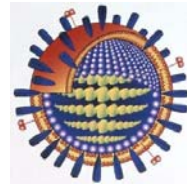


Die Strategie der Viren



Krankheitsausbruch

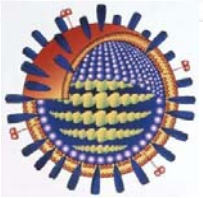
Wie und wo äußert sich die „Erkältung“?



Nase - Nasennebenhöhlen:

Zunächst laufende, später
verstopfte Nase

Druckschmerz in Stirn-
Wangen und Kieferbereich

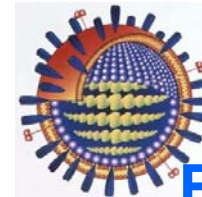


Hals:

Halsschmerzen (in die
Ohren ausstrahlend)

Schmerzen beim
Schlucken

Raue Stimme



Bronchien:

Bronchien

Erschwerte Atmung

Zäher Schleim

Quälender Hustenreiz

Erkältungsprophylaxe



-Kneipp'sche Anwendungen:

Wassertreten, Kalte Kniegüsse

-Sauna

-Mineralstoffe und Vitamin C

-Immunstimulantien:

Sonnenhutkraut (Echinacea)

Taigawurzel (Eleutherococcus)



Immunstimulantien

(Stärkung des unspezifischen Immunsystems)



Echinacea

(Sonnenhutkraut)

Unterstützende

Behandlung

wiederkehrender

Infekte der Atemwege

Eleutherococcus

(Taigawurzel)

Stärkung, Kräftigung

bei Müdigkeits- und

Schwächegefühl

Was ist erreichbar?

- Verkürzung der Krankheitsdauer
- weniger ausgeprägte Krankheitssymptome
- weniger Neuinfekte

„Grippemittel“ = Kombinationspräparate



Vorteil

- man muss nur ein Medikament einnehmen
- preisgünstigere Therapie (?)

Nachteil

- viele Wirkstoffe in einem Medikament
- häufig nicht alle notwendig
- oft unterdosiert
- Negativ-Nutzen
- Unterdrücken kurzfristig die Symptome



Alternative „Grippemittel“

- ✓ bei Kopf- und Gliederschmerzen:
Acetylsalicylsäure, Paracetamol, Ibuprofen
- ✓ In jeweils ausreichender Dosierung !
- ✓ Homöopathika:
sog. Komplexmittel auch bestimmte Einzelmittel
möglich z.B. ferrum phosphoricum
- ✓ allgemeine Maßnahmen:
z.B. Schwitzpackungen

▶ pflanzl. Mittel: sehr umstritten !!!!
Umckaloabo (= südafrikanische Wurzel)

Schnupfen



„Ohne Arzt dauert er
eine Woche und mit
Arzt sieben Tage“

Symptome:

zuerst starker Juckreiz,
Kribbeln, vermehrtes
Niesen
später verstopfte Nase

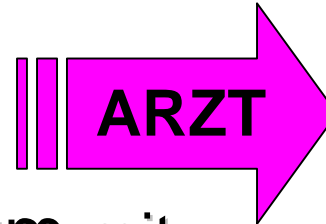
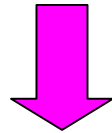


Schnupfen

Verlauf



Trockenes Vorstadium mit
Niesreiz und Fremd-
körpergefühl in der Nase



Produktives Stadium mit
Kopfschmerzen, Frösteln und
Abgeschlagenheit
(zuerst wässriges Sekret =
tropfende Nase, nach einigen
Tagen dickflüssiges Sekret)

Komplikation:

Nasennebenhöhlen-
entzündung,
Mittelohr-
entzündung

Schnupfentherapie



Chemische Mittel

Innerliche Anwendung

enthalten oft Ephedrin und Antihistaminika
gelangen in den gesamten Blutkreislauf

Nebenwirkung:

Blutdrucksteigerung

Herzrhythmusstörungen

Erhöhung des Blutzuckerspiegel



Schnupfentherapie



Chemische Mittel

Örtliche Anwendung

- Nasentropfen, Nasensalben, **Nasensprays**
- im wesentlichen wirkungsgleich mit unterschiedlicher Wirkdauer



Achtung:

nur 5 - 7 Tage (Maximum 10 Tage)
anwenden, max. 2 - 3 x täglich,
Dosiersprays bevorzugen, möglichst
konservierungsmittelfrei

Schnupfentherapie



Pflanzliche Mittel

Äußerlich

Ätherische Öle in Nasensprays/-salber

- Nur als Zusatz enthalten
- Leicht kühlenden Effekt, sonst keine Wirkung nachweisbar



Innerlich

Pflanzenextrakte (Primel, Anis, Thymian u.v.m.)

- Schleimverflüssigung
- Steigerung der Aktivität der Flimmerhärchen

Schnupfentherapie



Alternative Maßnahmen:

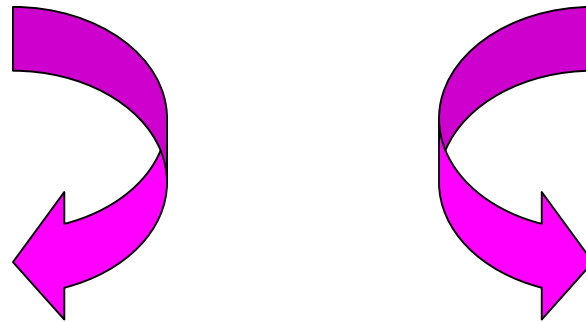
- Salzlösung zum Nasenspülen oder als Spray
- 2 – 3 Liter täglich trinken und Raumluft feucht halten
 - Dampfinhalationen
- Richtiges Naseputzen
 - Homöopathika





Halsschmerzen

Schluckbeschwerden, Kratzen im Hals, Heiserkeit



Apotheker

Örtliche Behandlung
durch Lutschen
Gurgeln
Sprühen

Fieber, eitrige
Belege, Schluck-
unfähigkeit

Arzt

Evtl. Behandlung mit
Antibiotika

Therapie der Halsschmerzen



Chemische Mittel



- **desinfizierende Substanzen**
 - meistens nur gegen Bakterien und Pilze wirksam, nicht gegen Viren
- **antibiotische Substanzen**
 - bei bakteriellen Infektionen lutschen nicht ausreichend
- **örtlich betäubende Substanzen**
 - bei starken Schluckbeschwerden sinnvoll
 - nicht längere Zeit anwenden, da Symptome verdeckt werden.

Therapie der Halsschmerzen



Pflanzliche Mittel

Medikamente mit pflanzlichen Bestandteilen
aus:

- Isländisch Moos
- Kamille
- Pfefferminze
- Salbei



In Sprays, Gurgellösungen und/oder Pastillen

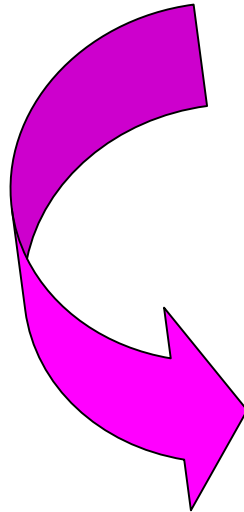
Husten



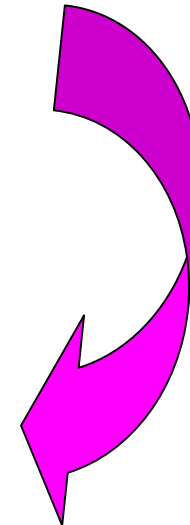
Chronisch ?
(Mehrere Wochen)

Akut ?
(4– 7 Tage)

Unverändert
länger als 3
Wochen



Arzt



Fieber und
Schmerzen

Husten

Verlauf

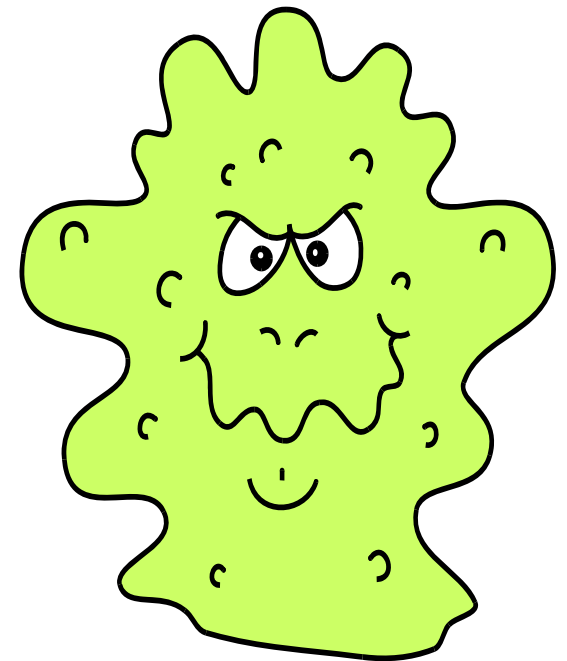


-Trockener Reizhusten

In den ersten Tagen eines Erkältungshustens normal, Bronchien sind gereizt, bilden aber noch keinen zähen Schleim

-Produktiver Husten

Auf dem Höhepunkt der Entzündung setzt massive Schleimbildung ein

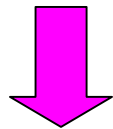




Hustentherapie

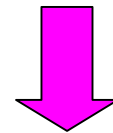
Akute

Hustensymptomatik



Trockener
Reizhusten

Stillen des
unproduktiven
schmerzhaften
Hustenreizes



Produktiver
Husten

Verflüssigung des
Schleims und / oder
Änderung der
Schleimbeschaffen
heit

Hustentherapie

Hustenstilller



Chemische Mittel

Dextromethorphan

Dropropizin

Pentoxyverin



- greifen am Hustenzentrum (Kopf) an
oder
- blockieren den Hustenreiz an den Rezeptoren in den Atemwegen
- setzen Stärke und Häufigkeit der Hustenstöße herab

Achtung:

Verändern die Reaktionsfähigkeit z.B. im Straßenverkehr und beim Bedienen von Maschinen

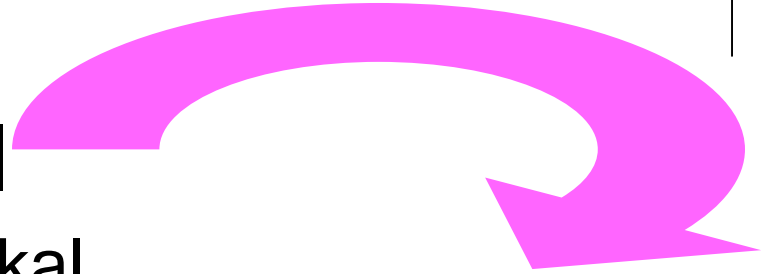
Hustentherapie

Hustenstiller



Pflanzliche Mittel

- lindern den Hustenreiz lokal, die Empfindlichkeit ist herabgesetzt
- überziehen die Schleimhaut mit einer Schutzschicht, Reizmilderung



Sonnentaukraut
Isländisches Moos
Eibischwurzel
Spitzwegerichkraut
und –blätter





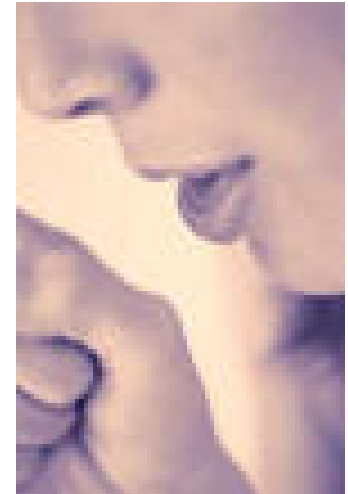
Welche Formen des Erkältungshustens gibt es?

Produktiver (schleimiger) Erkältungshusten

Abhusten von Schleim im Laufe einer Erkältung, evtl. mit Halsschmerzen, Schnupfen bzw. Schluckbeschwerden, Kopf- und Gliederschmerzen

Behandlung mit: Expektorantien

Wirkstoffe: z.B. Ambroxol
Acetylcystein
Efeu





Expektorantien

3 Wirkprinzipien:

- Sekretolytisch: vermehrte Produktion von dünnflüssigem Schleim
- Sekretomotorisch: Abtransport des Schleims
- Mukolytisch: Verflüssigung des Schleims

Bei der Mehrzahl der Wirkstoffe ist eine Kombination dieser Prinzipien für die Wirkung verantwortlich.



Hinweis:

- regelmäßige Einnahme bis der Husten abklingt
- max. 1 Woche in der Selbstmedikation
- 2 – 3 Liter Flüssigkeit pro Tag



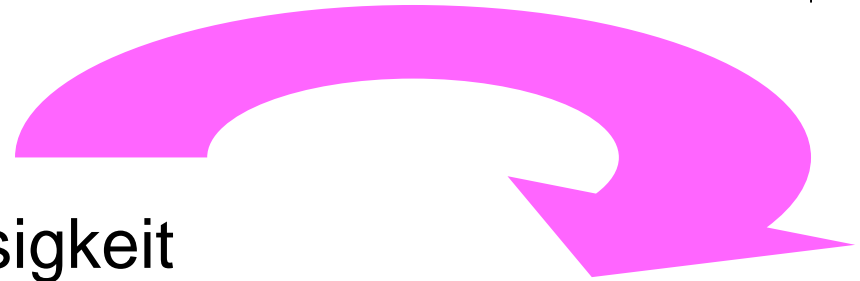
Hustentherapie

Hustenlöser



Chemische Mittel

- Verringern die Zähflüssigkeit des Bronchialschleims
- erleichtern das Abhusten
- führen zur Abnahme der Hustenfrequenz



Ambroxol
Acetylcystein



Efeuzubereitungen



Wirkstoff

- standardisierter Trockenextrakt aus Efeublättern
- Hauptkomponenten:
Triterpensaponine (Hederacosid C, α -Hederin)

Wirkmechanismus:

- sekretolytisch
- spasmolytisch
- antibakteriell

die Monographie empfiehlt 0,3 g Droge pro Tag

die Dosierungen der Präparate müssen monographiekonform sein



Efeu
Hedera helix

Hustentherapie

Hustenlöser



Pflanzliche Mittel

ätherische Öle und Saponine

- verflüssigen den Schleim und verbessern den Schleimtransport
- wirken antibakteriell, desinfizierend und krampflösend
- ätherische Öle: Anis, Fenchel, Thymian, Eukalyptus, Pfefferminz
- Saponine: Primelwurzel, Süßholzwurzel, Efeublätter





Vielen Dank!

