

Tipps aus der ORL-Praxis

Erkältung und Bronchitis richtig angehen

Interview mit Dr. med. Daniela Gut, Zürich



Dr. med. Daniela Gut
Zürich

? Frau Dr. Gut, wie gehen Sie bei Patienten vor, die mit Husten, Halsweh, Heiserkeit in die Praxis kommen?

Ich versuche zunächst herauszufinden, wie lange die Krankheit schon andauert, ob Fieber vorliegt und Gliederschmerzen. Ob der Patient trotz Husten nachts schlafen kann, ob der Husten produktiv ist oder ein Reizhusten vorliegt. Bei Husten stellt sich meistens als Reaktion eine Heiserkeit ein. Häufig haben die Patienten schon von alleine versucht, sich zu behandeln und kommen nicht mit den ersten Symptomen. Was im Rahmen der oberen Luftwegsinfekte auch recht häufig auftreten kann, sind Ohrprobleme im Sinne einer akuten Mittelohrentzündung oder eines Tubenkatarrhs.

? Was kann hinter dieser Symptomlage stecken?

Meistens handelt es sich um virale Infekte der oberen Luftwege. Da das Wetter nun wieder so warm geworden ist, treten die ersten Hasel- und Birkenpollen auf. Man sollte also an eine Allergie denken. Und bei prolongierten Infekten an eine chronische Sinusitis mit Exazerbation. Wichtig ist, dass sich aus einem harmlosen Schnupfen sekundär eine Sinusitis, eine Bronchitis oder sogar Pneumonie, eine akute Mittelohrentzündung oder ein Tubenkatarrh, oder auch eine Laryngitis entwickeln kann.



Foto: Banel - Fotolia

? Wie gehen Sie in der Behandlung vor, welche Optionen setzen Sie ein?

Für akute virale Infekte empfehle ich einen Vasokonstriktor als Nasenspray, jedoch zeitlich begrenzt. Bei Gliederschmerzen und Fieber ist die Gabe von Dafalgan immer gut. Husten kann anfangs mit Bronchipret® TP angegangen werden. Sollte dies nach einigen Tagen nicht zu einer Besserung führen, empfehle ich die Behandlung mit Resyl® oder einem ähnlichen Präparat. Für die Heiserkeit empfiehlt sich, frühzeitig mit Inhalationen zu beginnen.

? Und speziell welche Phytotherapeutika?

An pflanzlichen Medikamenten besteht die Möglichkeit, bei Husten Thymiantee zu trinken. Es gibt auch zum Schleimlösen Kapseln auf Myrrhe-Basis, welche sehr gut helfen. Diese sind auch bei einem verhockten Schnupfen sehr wirksam.

Falls der meist primär virale Infekt zu einer bakteriellen Superinfektion führt, muss aber an eine Antibiotikagabe gedacht werden. Gelegentlich sind auch NSAR hilfreich.

? Womit haben Sie besonders gute Erfahrungen gemacht?

Mit dem Inhalieren mit Thymian und Salbei und eventuell Euphorbium-Nasenspray. Zur Prophylaxe neuer Infekte kann ein Echinacea Präparat eingenommen werden. Im Akutstadium schwören manche Patienten auf Kaloba®, das frühere Umckaloabo.

Meine Empfehlung für akute Infekte der oberen Luftwege sind Otrivin-Spray und Pretuval C°. Diese habe ich auch selbst immer im Haus. Für Husten ist auch Tossamin plus® immer eine gute Wahl, besonders dann, wenn der Patient nachts nicht zur Ruhe kommt. Ich selbst schwöre auch auf Erkältungsbäder, zum Beispiel von Denosol. Damit die übrigen Familienmitglieder nicht angesteckt werden, sollte häufig gelüftet werden.

? Ihr spezieller Tipp, die triefende Nase zu stoppen?

Wie gesagt, ist Otrivin-Spray nach wie vor sehr gut. Die Applikationszeit ist auf fünf bis sieben Tage zu beschränken, damit kein Privinismus auftritt. In dieser Zeit kann es aber ruhig 3 bis 4 Mal am Tag angewendet werden. Falls danach keine eindeutige Besserung aufgetreten ist, kann auf ein topisches Steroid gewechselt werden.

Da Nasensprays zu starken Austrocknungen der Schleimhäute und damit zu Nasenbluten führen können, empfiehlt sich die Applikation einer Nasensalbe, sobald die akute katarrhalische Phase vorüber ist. Auch Nasenduschen helfen und auch an die bereits erwähnten Phytotherapeutika sollte gedacht werden.

▼ Thomas Becker