

Reizhusten kann nicht nur ausgesprochen lästig, sondern auch äußerst quälend sein. Oftmals entsteht eine Hustenspirale, die zu immer stärkerem Husten führt. Die neue S2k-Leitlinie¹ empfiehlt hier eine **symptomatische Therapie**.

Wie behandelt man Reizhusten?

Reizhusten kann nicht nur ausgesprochen lästig, sondern auch äußerst quälend sein. Oftmals entsteht eine Hustenspirale, die zu immer stärkerem Husten führt. Die neue S2k-Leitlinie empfiehlt hier eine symptomatische Therapie, um

die Symptome des Reizhustens zu lindern.

Husten hat so seine zwei Seiten: eine positive, sinnvolle – aber auch eine lästige und zermürbende. Denn so sinnvoll dieser Schutzreflex unseres Körpers normalerweise auch sein mag – wer schon einmal mit einem

trockenen, lästigen Reizhusten Bekanntschaft gemacht hat, kennt auch seine sinnlose Seite.

Husten in Höchstgeschwindigkeit Gerät beim Essen ein Bissen „in den falschen Hals“, funktioniert Husten vollautomatisch als Reflex, und das ist auch gut so: Die hochsensiblen Schleimhäute schlagen Alarm und ein kräftiger Hustenstoß befördert die Eindringlinge mit einer Geschwindigkeit von 1000 km/h rasch wieder hinaus – das entspricht in etwa der Höchstgeschwindigkeit einer Tsunami-Welle auf offenem Meer. Auch der verschleimte Husten, der ein typisches Symptom einer Erkältung ist, hat aufgrund seiner Reinigungsfunktion eine Daseinsberechtigung. Trockener Reizhusten hingegen ist die Kehrseite der Medaille: Da sich bei dieser Hustenart weder abzu hustende Fremdkörper noch Schleim in den Atemwegen befinden, ist er unproduktiv und sinnlos. Im Gegenteil: die konvulsivischen Hustenstöße, die den Brustraum erschüttern, können dazu führen, dass der Betroffene sich regelrecht wund hustet, denn jeder

DIE NEUE LEITLINIE ZU HUSTEN

... heißt wörtlich „Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin zur Diagnostik und Therapie von erwachsenen Patienten mit Husten“ und stammt aus 2019. Sie beinhaltet einige Neuerungen: So muss im Allgemeinen nicht mehr unbedingt zwischen trockenem und verschleimtem Husten unterschieden werden, denn die Entscheidung ist nicht nur schwierig zu treffen, die Grenzen sind zudem fließend. Im Rahmen von akutem Erkältungshusten ist die Hypersensitivität des Hustenreflexes Hauptursache für den Husten. Gründe für diese Hypersensitivität sind Entzündungsvorgänge und Neuromodulation in der betroffenen Schleimhaut. Ambroxol hat hier eine antientzündliche Wirkkomponente. Wichtig ist dem Fachgremium, eine symptomatische Therapie zur Verkürzung der Dauer und zur Linderung der Intensität des akuten Hustens. Handelt es sich um einen trockenen, akuten Reizhusten, so kann Dextromethorphan für bis zu sieben Tage durch den Arzt eingesetzt werden. In der Selbstmedikation sollte die Einnahme auf drei bis fünf Tage beschränkt bleiben.



Hustenfall befeuert den nächsten. Hinzu kommt: Viele kennen den Unterschied zwischen einem trockenen Reizhusten und einem verschleimten Husten gar nicht. Allerdings ist Wissen die Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie – und hier kommen PTA und Apotheker eine enorm wichtige Rolle bei der Beratung zu.

Husten in der Leitlinie Die neue Leitlinie betont ausdrücklich die Bedeutung der Selbstmedikation beim akuten Erkältungshusten – also den Besuch und die Beratung in der Apotheke. Bei der Beratung kann wie folgt vorgegangen werden:

Bisher haben PTA und Apotheker in der Beratung gelernt, den Kunden nach den Charakteristika seines Hustens zu befragen: Haben Sie eher produktiven, verschleimten oder trockenen Husten? Das sehen die heutigen Leitlinienautoren als nicht mehr hilfreich an, weil es Laien schwerfällt, das wirklich zu unterscheiden. Wörtlich steht in dem Regelkatalog: „... des Weiteren ist die Einschätzung der Sputummenge schwierig, da sie vom Patienten häufig überschätzt wird. Die subjektive Abgrenzung des Bronchialsekretes gegenüber Speichel ist ebenfalls problematisch. Ein Mukusbelag an der Schleimhaut der Bronchien als mechanischer Hustenreiz kann in der frühen Phase eines akuten Erkältungsinfektes Husten auslösen. Häufig wird aber der Reizhusten – eine Folge der Hypersensitivität der

REIZHUSTENTHERAPIE

Für die Selbstmedikation des trockenen Reizhustens spielen in Deutschland vor allem die Substanzen Pentoxyverin und Dextromethorphan eine Rolle. Beide Arzneistoffe sind seit mehr als 50 Jahren im Einsatz und zeichnen sich durch einen schnellen Wirkeintritt und eine langanhaltende Wirkdauer von rund sechs Stunden aus.

Hustenrezeptoren – vom Patienten als Verschleimung wahrgenommen.“ Laut Leitlinie ist es dann wichtig, Alarmzeichen auszuschließen und zur symptomatischen Therapie wirksamkeitsgeprüfte Hustenstiller (Antitussiva) oder Hustenlöser (Expektoranzen) einzusetzen.

Nach der Klärung der Frage „Wie fühlen sich die Beschwerden an?“ empfiehlt die Leitlinie die symptomatische Therapie mit Dextromethorphan (DMP) z.B. enthalten in Silomat® Lutschpastillen mit Honig- oder Zitronengeschmack und in Silomat® Intensivkapseln.

Dextrometorphan Lange Zeit galten codeinhaltige Zubereitungen bei akutem Erkältungshusten hier als

Goldstandard. Die neue Leitlinie hat auch mit diesem Grundsatz aufgeräumt: Bei akutem Reizhusten oder trockenem Husten wird nun vor allem Dextromethorphan (DMP) als zentral wirksames nicht narkotisierendes Antitussivum empfohlen. DMP wird seit mehr als 50 Jahren eingesetzt und ist das weltweit am häufigsten verwendete und am besten untersuchte OTC-Antitussivum. Dabei stehen drei Wirkweisen im Vordergrund:

- ▶ DMP wirkt direkt im Hustenzentrum des Gehirns und sorgt für eine Normalisierung der Reizschwelle
- ▶ Die Frequenz und Intensität der Hustenattacken sinkt
- ▶ Notwendiges Abhusten, wie zum Beispiel beim Verschlucken, bleibt erhalten

DMP ist in den festen Formen von Silomat® enthalten: in den Lutschpastillen mit Honig- oder Zitronengeschmack (ab sechs Jahren) und den hochdosierten Intensivkapseln (ab zwölf Jahren).

Pentoxyverin Auch der in Silomat® Saft und Tropfen enthaltene Wirkstoff Pentoxyverin (POV) ist zentral wirksam und lindert den Reizhusten beziehungsweise den trockenen Husten, indem er die Reizschwelle im Gehirn normalisiert. Es zeichnet sich, wie auch DMP, durch einen raschen Wirkeintritt und eine lang anhaltende Wirkung aus. ▶

WISSENS-CHECK REIZHUSTEN

► Sein Wirkmechanismus ist noch nicht vollständig geklärt: Möglicherweise beruht die antitussive Wirkung einerseits auf peripheren Effekten an den Rezeptoren des Bronchialtraktes, andererseits auf zentralen am Hustenzentrum. So hat Pentoxyverin deutlich zentrale Wirkungen, die zum Teil an DMP erinnern. Pentoxyverin kann sogar bei Patienten mit COPD oder Asthma empfohlen werden und ist bereits für Kinder ab zwei Jahren geeignet.

Die Silomat®-Arzneimittel bieten also für jeden Kunden mit Reizhusten etwas. In der Beratung hervorgehoben werden kann die Tatsache, dass das Präparat bei lästigen Hustenattacken in der Nacht hilft, was einen erholsamen Schlaf unterstützt und dafür sorgt, dass der Hustenleidende am nächsten Tag erholt aufwachen kann. Gewählt werden kann zwischen hochdosierten Intensiv-Kapseln, Lutschtabletten mit Zitronen- oder Honiggeschmack sowie Saft oder Tropfen. Dinge, die für das breit aufgestellte Silomat®-Arzneimittelsortiment sprechen:

- Silomat® wirkt schnell (bereits nach 10 bis 15 Minuten).
- und langanhaltend (bis zu sechs Stunden).
- Silomat® hat mit all seinen unterschiedlichen Darreichungsformen für unterschiedliche Kunden-

ERKÄLTUNGSHUSTEN

Die Klassifikation des Erkältungshustens richtet sich laut Leitlinie primär nach der Dauer des Hustens

Akut bis zu 2 Wochen
Subakut 2 bis 8 Wochen
Chronisch länger als 8 Wochen

Husten mit einer Dauer von bis zu zwei Wochen gilt demnach als akuter Husten, wird leitliniengerecht symptomatisch behandelt und ist damit eine Domäne der Selbstmedikation

profile und Bedürfnisse eine Behandlungsoption.

- Dabei haben feste und flüssige Formen unterschiedliche Wirkstoffe.
- Alle Silomat®-Präparate stillen den quälenden Reizhusten, egal wodurch er ausgelöst wird.
- Silomat® ist alkohol- und zuckerfrei.

Wann Selbstmedikation, wann zum Arzt? Die neue Leitlinie betont außerdem ausdrücklich die Bedeu-

tung der Selbstmedikation beim akuten Erkältungshusten – also den Besuch und die Beratung in der Apotheke. Bei der Beratung kann wie folgt vorgegangen werden:

Wie lange dauert der Husten schon an? Bei mehr als zwei Wochen sollte ein Arztbesuch empfohlen werden. Wenn er weniger als zwei Wochen andauert, kann auf Selbstmedikation gesetzt werden. Handelt es sich um akuten Husten, sollte der Kunde nach seinen Beschwerden gefragt werden – also ob er etwas zum Hustenstillen der zum Hustenlösen haben möchte. Natürlich sind der Selbstmedikation Grenzen gesetzt. Klagt der Kunde über Atemnot, hohes Fieber, blutigen Auswurf oder starke Schmerzen im Brustraum sollte umgehend ein Arztbesuch empfohlen werden, denn diese Symptome können auf eine Lungenentzündung hinweisen. Vor der Empfehlung der oben genannten Darreichungsformen sollte zudem nach Unverträglichkeiten gefragt werden.

*Alexandra Regner,
PTA und Journalistin*

Quellen:

¹ Kardos et al, Leitlinie der Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungstechnik zur Diagnostik und Therapie von erwachsenen Patienten mit akutem und chronischem Husten, Pneumologie 2019; 73: 143-180

Silomat® DMP 10,5 mg Lutschpastille.

Silomat® DMP gegen Reizhusten 10,5 mg Lutschpastille.

Silomat® DMP INTENSIV gegen Reizhusten 30 mg Hartkapsel.

Wirkstoff: Dextromethorphanhydrobromid-Monohydrat. Sonst. Bestandt.: Silomat DMP: Betadex, Arabisches Gummi, Natriumcyclamat, Saccharin-Natrium, Chinolingelb (E104), Aromen, Levomenthol, Citronensäure, Maltitol, dünnflüssiges Paraffin, gebleichtes Wachs, gereinigtes Wasser. Silomat DMP gegen Reizhusten: Betadex, Arabisches Gummi, Honig, Saccharin-Natrium, Citronensäure, Maltitol, Aromen, dünnflüssiges Paraffin, gebleichtes Wachs, gereinigtes Wasser. Silomat DMP INTENSIV gegen Reizhusten: Mikrokristalline Cellulose, Lactose-Monohydrat, Magnesiumstearat, Gelatine, Titandioxid (E171). **Anw.-geb.:** Zur symptomatischen Behandlung des Reizhustens. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil, gleichzeitige Anwendung von MAO-Hemmern, Asthma bronchiale, COPD, Pneumonie, Ateminsuffizienz, Atemdepression, Stillzeit, chronischer Husten, Kinder unter 6 Jahren (Silomat DMP und Silomat DMP gegen Reizhusten) bzw. 12 Jahren (Silomat DMP INTENSIV gegen Reizhusten). Nur nach Nutzen-Risiko-Abwägung: eingeschränkte Leber- und Nierenfunktion, Mastozytose, Einnahme von Antidepressiva, Schwangerschaft, produktiver Husten mit erheblicher Schleimproduktion (z. B. zystische Fibrose), erheblich eingeschränkter Hustenreflex. **Nebenw.:** Überempfindlichkeitsreaktionen, fixes Arzneimitteloxanthem, Schwindelgefühl, Somnolenz, Fatigue, Halluzinationen, bei Missbrauch Entwicklung einer Abhängigkeit, Übelkeit, Magen-Darm-Beschwerden, Erbrechen. Zusätzlich bei Silomat DMP: Levomenthol-Überempfindlichkeitsreaktionen (einschließlich Atemnot). **Warnhinw.:** Silomat DMP: Enthält Maltitol und Levomenthol. Silomat DMP gegen Reizhusten: Enthält Maltitol-Lösung und Invertzucker (aus Honig). Silomat DMP INTENSIV gegen Reizhusten: Enthält Lactose. **Apothekenpflichtig.** Stand: Juni 2017 (SADE.BISO8.17.05.1100(1))

Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Saft, 2,13 mg/ml.

Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Tropfen 30 mg/ml.

Wirkstoff: Pentoxyverincitrat. Sonst. Bestandt.: Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Saft: Citronensäure-Monohydrat, Natriumcitrat-Dihydrat, Glycerol, Propylenglycol, Sorbitol, Saccharin-Natrium, Methyl- und Propyl-4-hydroxybenzoat, Aromen, gereinigtes Wasser. Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Tropfen: Propylenglycol, Saccharin, Aroma, gereinigtes Wasser. **Anw.- geb.:** Zur symptomatischen Behandlung des Reizhustens. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen einen Bestandteil, Ateminsuffizienz, ZNS-Depression, Leberinsuffizienz, Schwangerschaft, Stillzeit, Kinder unter 2 Jahren. Nur nach Nutzen-Risiko-Abwägung: produktiver Husten mit erheblicher Schleimproduktion, asthmatischer Husten, Niereninsuffizienz, ältere Patienten, erhöhte Empfindlichkeit gegenüber anticholinergen Wirkungen. **Nebenw.:** Somnolenz, Krampfanfälle, Dyspnoe, Atemdepression, Oberbauchschmerzen, Diarrhö, Übelkeit, Erbrechen, angioneurotisches Ödem, Urtikaria, Exanthem, Fatigue, Überempfindlichkeitsreaktionen bis hin zu anaphylaktischen Reaktionen. **Warnhinw.:** Silomat® gegen Reizhusten Pentoxyverin Saft: Enthält Methyl- und Propyl-4-hydroxybenzoat, Sorbitol. **Apothekenpflichtig.** Stand: Februar 2018 (SADE.BISO8.19.07.1897)

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, 65926 Frankfurt am Main.

SADE.BISO8.19.11.2990



WISSENS-CHECK

© unomat / iStock / Getty Images

Schnelles Quiz: Was wissen Sie über Husten?

Kann man Ihnen in Sachen Husten nichts vormachen? Oder könnten Sie Ihr Wissen noch etwas vertiefen? Testen Sie es selbst (jeweils eine Antwort ist richtig):

1. Wann spricht man von einem akuten Husten?

- A** Wenn er auf eine Erkältungskrankheit zurückzuführen ist und nicht länger als zwei Wochen dauert.
- B** Wenn er verschleimt, also produktiv ist.
- C** Nur solange er trocken und unproduktiv ist.

2. Warum sollte unproduktiver Reizhusten gestillt werden?

- A** Weil er sinnlos ist und sich durch die ständig erneut gereizten Atemwege selbst befeuert.
- B** Nur damit die Mitmenschen nicht gestört werden, eigentlich ist er sinnvoll und sollte ausgelebt werden.
- C** Weil sich der zähe Schleim, der auch bei einem trockenen Reizhusten vorhanden ist, zunächst lösen muss.

3. Sollte ein Hustenstiller den Hustenreflex völlig ausschalten?

- A** Ja, zumindest über Nacht.
- B** Nein, ein Hustenstiller soll den Schleim lösen.
- C** Nein, er sollte nur die durch die Infektion heraufgesetzte Hustenreizschwelle normalisieren.

4. Warum wurden die Empfehlungen in der neuen Leitlinie geändert?

- A** Weil sich auch ein Reizhusten für den Betroffenen wie ein verschleimter Husten anfühlen kann.
- B** Weil auch ein produktiver Husten trocken ist.
- C** Weil es auf die Menge des Auswurfs (Sputum) ankommt und die können Betroffene sehr exakt einschätzen.

5. Was trifft auf Pentoxyverin (POV) und Dextromethorphan (DMP) zu?

- A** POV ist ein Hustenlöser, DMP ein Hustenstiller.
- B** DMP wirkt zentral am Hustenzentrum im Gehirn, POV scheint neben einer zentralen auch eine periphere Wirkung an den Rezeptoren des Bronchialtraktes zu besitzen.
- C** Beide Substanzen wirken bereits nach 10 bis 15 Minuten. Ihre Wirkung hält ein bis zwei Stunden an. Dies reicht, dass der Betroffene einschlafen und wenn er erst eingeschlafen ist, auch durchschlafen kann.

6. Wann ist Husten ein Fall für die Selbstmedikation?

- A** Solange er nicht länger als zwei Wochen dauert und keine anderen Symptome, wie blutiger Auswurf, Fieber oder ein ausgesprochenes Krankheitsgefühl dazukommen.
- B** Solange er trocken ist. Verschleimter Husten muss immer vom Arzt behandelt werden.
- C** Da Husten nicht nur ein Symptom, sondern eine eigenständige Krankheit ist, die durch Erkältungserreger ausgelöst wird, muss bei Husten generell nicht zum Arztbesuch geraten werden.

Haben Sie es gewusst?

Hier die Antworten:

1A, 2A, 3C, 4A, 5B, 6A

SADE.BIS08.19.11.2990a