

AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG



Zur Ruhe kommen bei Reizhusten

Was eigentlich ein Schutzreflex des Körpers sein sollte, kann manchmal ganz schön **lästig** sein: Reizhusten lässt einen nachts nicht schlafen und zermürbt tagsüber. Erster Anlaufpunkt für Ratsuchende ist dann die Apotheke.

Er hat schon seinen Sinn: Husten soll schützen und uns spontan von Fremdkörpern in den Atemwegen befreien. Gerät beispielsweise beim Essen ein Bissen in den falschen Hals oder dringen Staubpartikel in die Atemwege ein, schlagen die hochsensiblen Schleimhäute Alarm, und zwar umgehend: Ein kräftiger Hustenstoß befördert die Eindringlinge mit einer Ge-

schwindigkeit von bis zu 1000 Kilometer pro Stunde rasch wieder hinaus. Das entspricht in etwa der Höchstgeschwindigkeit einer Tsunamiwelle auf offenem Meer! Auch der verschleimte Husten, der ja ein typisches Symptom einer Erkältung ist, hat aufgrund seiner Reinigungsfunktion seine Daseinsberechtigung: Nach den ersten Tagen mit trockenem Husten kommt es zu virusbedingten Schleimveränderungen

in Volumen und Konsistenz (zähflüssiger und mehr, allerdings kommt es bei Erkältungshusten zu keiner echten Hypersekretion!) Ist der Schleim zu zäh, unterstützt der produktive Husten den Abtransport von entzündlich verändertem Schleim und Krankheitserregern.

Reizhusten kontra Schleim

Anders verhält es sich allerdings beim trockenen Reizhusten: Da sich bei dieser Hustenart weder abzuhustende Fremdkörper noch Schleim in den Atemwegen befinden, ist er unproduktiv und „sinnlos“. Hinzu kommt außerdem: Vielen Menschen fällt es schwer, den Unterschied zwischen einem trockenen Reizhusten und einem verschleimten Husten zu erkennen. Hier kommen Apotheker und PTA eine enorm wichtige Rolle in der Beratung zu: Denn Wissen ist die Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie, da je nach Dauer und Hustenart ganz unterschiedliche Medikamente zum Einsatz kommen. Und die müssen dem Kunden erklärt werden.

Trockener akuter Reizhusten tritt häufig im Rahmen einer Erkältung auf, und hier zu Beginn und

am Ende. Dabei werden die durch die Erkältungsviren ohnehin schon angegriffenen Atemwegsschleimhäute durch den ständigen Reiz immer mehr in Mitleidenschaft gezogen. Je länger der Reizhusten andauert, desto gravierender sind die entzündlichen Veränderungen/Irritationen der Schleimhaut.

Zusätzliche Reizfaktoren

Auch andere Faktoren können den Patienten zusätzlich „reizen“: Rauchen oder die gekühlte Luft aus der Klimaanlage ärgern die Lunge. Im Sommer spielt auch das Ozon in der Luft den entzündeten Bronchien übel mit. Das Reizgas ist schlecht wasserlöslich, gelangt deshalb mit der Atemluft durch die schützende Schleimhaut und dringt tief bis in die feinsten Verästelungen der Lunge, die Bronchiolen, ein. In dieser Situation reizt einfach jeder Atemzug und führt zu einem neuen Hustenanfall. So kann es leicht zu einer quälenden Reizhusten-Spirale kommen, aus der der Betroffene schwer wieder herausfindet. Häufig löst der trockene Husten auch ganz eigene Symptome aus: Beispielsweise Schmerzen im Brustraum, die sehr unangenehm werden ►

EFFEKTIVE HUSTENSTILLER: DMP UND PENTOXYVERIN

Dextrometorphan (DMP) und Pentoxyverin (POV) sind bewährte und effektive Antitussiva gegen den lästigen akuten Reizhusten. Sie wirken zentral durch eine hemmende Wirkung auf das Hustenzentrum und normalisieren so die Hustenreizschwelle. DMP und Pentoxyverin sind in Silomat* enthalten; insbesondere DMP wird in der aktuellen DGP Husten Leitlinie¹ bei quälendem akuten Reizhusten bevorzugt empfohlen. Durch die Einnahme von zentralwirkenden Hustenstillern wie POV oder DMP in Silomat muss der Patient weniger häufig und weniger stark husten und die Schleimhäute können eher heilen. Die Betroffenen bekommen also endlich die Ruhe, die sie zur Genesung brauchen. Wichtig dabei: Die Schutzfunktion des Hustens – also das willentliche Abhusten – wird nicht eingeschränkt. Silomat* hat dabei für jeden das Passende: Der Patient kann zwischen hochdosierten Intensiv-Kapseln, Lutschpastillen mit Zitronen- oder Honiggeschmack mit DMP sowie mit Saft oder Tropfen mit POV wählen. Das Besondere: Alle Silomat*-Produkte enthalten keinen Alkohol.

AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

► und zu einem regelrechten Muskelkater führen können.

Jede PTA hat das schon einmal erlebt: Vor ihr steht, völlig fertig, ein Kunde, der nachts vor lauter Husten nicht zur Ruhe gekommen ist – und mit ihm oft auch sein Partner. Schlaf und Erholung? Fehlanzeige! Auch tagsüber bleibt der Kranke nicht verschont: Beim Essen, beim Sprechen, im Büro oder im Auto – dauernd droht die nächste Hustenattacke. Was also tun?

Tipps und Tricks Um lästigen Reizhusten zur Ruhe zu bringen, sollte man ihn gleich von mehreren Seiten angehen. Bestimmte Verhaltensmaßnahmen sowie eine wirksame medikamentöse Therapie können hier hilfreich sein zur Linderung der Symptome. Wer eine strenge Hustendisziplin an den Tag legt – also nicht gleich beim ersten Reiz hemmungslos hustet, sondern versucht, zunächst das Husten zu unterdrücken –, der ist auf dem richtigen Weg. Wenn das nicht möglich ist, sollte man versuchen, kontrolliert zu husten. In der Apotheke gibt es dazu rezeptfreie, hustenstillende Arzneimittel – wie das bewährte OTC-Produkt Silomat® in ver-

schiedenen Darreichungsformen. Das verschafft der Atemwegsschleimhaut die entscheidenden Pausen, um zur Ruhe zu kommen, „Wunden“ zu schließen und schließlich heilen zu lassen. ■

Typische Kundenfragen

Der PTA und dem Apotheker werden bei Kunden mit trockenem Reizhusten ganz praktische Fragen gestellt.

Kann ich meinen hartnäckigen akuten Reizhusten nicht auch mit einem Schleimlöser behandeln?

Weniger, denn Hustenlöser können bei einem trockenem Reizhusten nicht viel ausrichten – es fehlt der Schleim, um ihn zu lösen. Zentral wirksame Hustenstiller wie Silomat® aber schon. Zentral bedeutet, dass die Wirkstoffe direkt am Hustenzentrum angreifen und verhindern, dass aus jedem Reiz auch gleich ein Husten wird. Die bewährten Wirkstoffe Dextrometorphan und Pentoxyverin wirken bis zu sechs Stunden; der Körper kommt zur Ruhe und kann sich erholen. Das gibt ihm wieder Kraft und die angegriffenen Schleimhäute können auf natürliche Weise abheilen.

Gibt es bei Reizhusten geschmacksneutrale Alternativen zum klassischen Hustensaft?

Selbstverständlich. Eine gute Therapieoption bei trockenem Reizhusten sind zum Beispiel Silomat® DMP Intensiv Kapseln. Durch den besonders hohen Wirkstoffgehalt wirken sie schnell und lang anhaltend. Die Kapseln sind neutral im Geschmack, lassen sich leicht schlucken und sind für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren geeignet.

Ich habe den Eindruck, trockene Heizungsluft führt zu Reizhusten. Stimmt das?

Nicht direkt, aber sie kann seine Entstehung begünstigen, da sie die Atemwegsschleimhäute buchstäblich austrocknen lässt – vor allem bei nasskaltem Wetter draußen und trockener Heizungsluft drinnen. In der Folge können die schleimbildenden Zellen den Feuchtigkeitsverlust nicht mehr genügend ausgleichen, die Schleimhaut verliert ihre schützende Barrierefunktion und Erkältungsviren sind Tür und Tor geöffnet. Daher gilt: Innenräume sollte man drei- bis viermal täglich für gut zehn Minuten durchlüften. Auch ein elektrischer Luftbefeuchter kann helfen.

Welche Präparate aus der Selbstmedikation sind auch für meine Kinder geeignet?

Pentoxyverin und DMP stehen als OTC-Präparate für Kinder ab zwei beziehungsweise sechs Jahren zur Verfügung. Silomat® Pentoxyverin Saft (für Kinder ab zwei Jahre) wirkt bereits nach fünfzehn Minuten, befeuchtet die gereizten Stellen im Hals und beruhigt den trockenen Reizhusten bis zu sechs Stunden. Silomat® Pentoxyverin Tropfen (ebenfalls für Kinder ab zwei Jahre) verfügen über die gleichen positiven Eigenschaften und zeichnen sich zusätzlich durch ihre bedarfsgerechte Dosierbarkeit aus. Außerdem können die Tropfen problemlos unter Speisen gemischt oder in Getränke gerührt werden. Beide Präparate sind frei von Zucker, Alkohol und Farbstoffen. Silomat® DMP medizinische Lutschpastillen sind für Kinder ab sechs Jahre geeignet und wahlweise mit Zitronen-Geschmack oder mit echtem Honig erhältlich.

Alexandra Regner,
PTA und Journalistin

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: Dextrometorphanhydrobromid-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 Arzneimittelexanthem, 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. Apotheckenpflichtig. 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. Apotheckenpflichtig. Stand: Februar 2018 (SADE.BISO8.19.07.1897)

Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, 65926 Frankfurt am Main.