

# Trotz Husten nichts verpassen

Kostbare Momente genießen – da kann einem ein hartnäckiger Husten schon mal einen Strich durch die Rechnung machen. Damit es nicht soweit kommt, gibt es einen Wirkstoff aus der Apotheke, der für Erleichterung sorgt: **Ambroxol**.

**A**ls Theodor Fontane gefragt wurde, was für ihn Glück bedeute, antwortete er lapidar: „Gott, was ist Glück? Eine Grießsuppe, eine Schlafstelle und keine körperlichen Schmerzen, das ist schon viel.“

formulieren: Im Leben geht es darum, kostbare Momente zu sammeln – und nicht Dinge. Blöd ist nur, wenn einen ein akuter Husten davon abhält, das Dinner mit der Herzensfrau oder das kostbare Familienwochenende zu genießen. Jeder,

Atemwegen befreien; dazu wendet der Körper eine Menge Energie auf, da es im Zweifelsfall schnell gehen muss. Gerät beispielsweise beim Essen ein Bissen „in den falschen Hals“, schlagen die hochsensiblen Schleimhäute über ihre Rezeptoren Alarm: Ein kräftiger Hustenstoß befördert die Eindringlinge mit einer Geschwindigkeit von über 100 Kilometern pro Stunde wieder hinaus. Das entspricht in etwa der Höchstgeschwindigkeit einer Tsunamiwelle auf offenem Meer! Verständlich, dass sich Menschen, die erkältungsbedingt von einem akuten Husten geplagt werden, nach ein, zwei Tagen angeschlagen und matt fühlen.

## DAS INDISCHE LUNGENKRAUT

Das indische Lungenkraut (*Adhatoda vasica*) hat seinen Namen nicht von ungefähr. Der kleine, immergrüne Strauch aus der Familie der Akanthusgewächse kommt ursprünglich aus dem Himalaya und wurde bereits vor 3000 Jahren gegen Tuberkulose und Asthma eingesetzt – Lungenkrankheiten eben. Aus den Blättern der Pflanze lässt sich das Chinolizidinalkaloid Vasicin gewinnen; ein Phytopharmakon, das für eine Erweiterung der Bronchien und einen besseren Sekretabfluss sorgt. In den 1960er Jahren gelang es englischen Forschern erstmals, Vasicin zu synthetisieren; in abgewandelter Form als Bromhexin und später Ambroxol findet es in der Pharmazie Anwendung. Mucosolvan® bereicherte 1979 als erster den deutschen Markt mit seinem bis heute bewährten Ambroxol-haltigen Hustensaft.

**Glück ist ... Gesundheit** Für uns ist Glück heute viel mehr als es der Lebenswirklichkeit des im 19. Jahrhunderts lebenden Schriftstellers entsprach. Laut aktueller Forschung sorgen vor allem Faktoren wie Freundschaft, Geselligkeit, eine stabile Beziehung und Gesundheit für Glücksgefühle<sup>1</sup>. Man könnte es so

der schon einmal mit diesem Gefühl gleich loshusten zu müssen in einer Theateraufführung gegessen hat, weiß wovon hier gesprochen wird ... Doch wie kommt es überhaupt zu diesem Hustenreiz, der einfach nicht lockerlässt? Zunächst einmal: Husten hat im Normalfall seinen Sinn. Er soll uns von Fremdkörpern in den

**Wie auf einer Rolltreppe** Bei einem Bronchialinfekt, meist verursacht durch Viren, versucht der Körper, die Krankheitserreger loszuwerden; die Viren lösen eine Entzündungsreaktion der Atemwege aus. Mit Hochdruck arbeiten die Schleimhäute der Bronchien an einer Verbesserung der mukoziliären Clearance. Dies ist ein geniales physikalisches Prinzip: Um die Flimmerhärchen der Bronchien herum und über ihnen befindet sich ein Sekret, das unten dünnflüssiger (die Solphase) und oben dickflüssiger (die Gelpphase) ist. Während sich die Flimmerhärchen in der Solphase bewegen, gleiten die auf der Gelpphase



anhaftenden Fremdkörper – also auch die Viren – wie auf einer Rolltreppe damit nach draußen.

Der Infekt bewirkt eine Veränderung dieses Sekretes, es wird visköser und der Zilienschlag wird ungleichmäßig. Doch bis der Körper während einer viralen Bronchitis als Gegenmaßnahme die Produktion des Sekrets erhöht hat, vergehen ein paar Tage. Währenddessen wird der Kranke von einem unproduktiven Husten geplagt, der seine Ursache in der entzündeten Oberfläche der Bronchien hat. Die Phase dauert in etwa zwei bis drei Tage – bis genügend Sekret gebildet wurde, das seine Aufgabe wahrnehmen kann.

**Viren und Bakterien** Häufige Hindernisse auf dem Weg zur Gesundheit sind ein zu zähflüssiger Schleim – und Superinfektionen (in 10 Pro-

zent der Fälle beim Erwachsenen). Das heißt, auf den viralen Infekt hat sich noch ein bakterieller gelegt, der

#### SURFACTANT

Chemisch gesehen ist Surfactant ein Tensid – und zwar eines, das die Oberflächenspannung an den Alveolen, also den kleinen Lungenbläschen, reduziert. Damit funktioniert der Sauerstoffaustausch besser. Durch die vermehrte Produktion von serösem Sekret und verstärkte Bildung von Surfactant normalisiert sich die Viskosität des Bronchialsekrets. Der Wirkstoff Ambroxol fördert die Produktion von Surfactant und hat somit einen lungenschützenden Effekt.

dann häufig vom Arzt mit Antibiotika behandelt wird.

Rezeptfrei aus der Apotheke gibt es einen Wirkstoff, der das Wirkprinzip der mukoziliären Clearance sowie die Antibiotikagabe unterstützt. Die aktuelle Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin<sup>2</sup> empfiehlt Ambroxol, wie zum Beispiel in Mucosolvan® zur symptomatischen Therapie eines akuten Erkältungshustens.

Denn Ambroxol löst festsitzenden Hustenschleim, indem er ihn verflüssigt, unterstützt damit die natürliche Selbstreinigungsfunktion der Atemwege und befreit die Bronchien. Er unterstützt auch die Produktion von Surfactant, welcher vor neuer Ansammlung von Hustenschleim schützt. Ambroxol lindert so die Hustenfrequenz und die Dauer des akuten Hustens laut ►

## AKTION FIT FÜR DIE BERATUNG

► Leitlinie. Ein weiterer Nebeneffekt: Ambroxol wie in Mucosolvan® erhöht bei gleichzeitiger Antibiotikagabe die Konzentration bestimmter Antibiotika in den Bronchien und fungiert damit als Wirkverstärker<sup>4</sup>. Sie sollten deshalb nach Schilderung der Symptome durch den Kunden auch immer nach der ärztlichen Medikation fragen, falls sie noch nicht bekannt ist.

sich demzufolge auch in den offiziellen Leitlinien nieder: Die oben erwähnte Deutsche Gesellschaft für Pneumologie und Beratungsmedizin (2019) betont dazu: „Bestimmte Phytotherapeutika oder Ambroxol (...) sollten (...) für den akuten Erkältungshusten zur Linderung der Intensität und Verkürzung der Dauer des Hustens verordnet werden.“<sup>4</sup>. Die Wirksamkeit ist dabei

ten. Das kann einerseits daran liegen, dass die Grenzen zwischen diesen beiden Kategorien fließend sind. Mitunter kann sich aber auch ein Reizhusten für den Patienten wie eine Verschleimung anfühlen. Deshalb wird die Unterscheidung zwischen produktivem und Reizhusten aus therapeutischer Sicht nicht mehr als bedeutsam gewertet. Primär entscheidend ist die Hustendauer, sekundär dann das klinisch vorherrschende Symptom<sup>6</sup>.

Ambroxol als Wirkstoff in Mucosolvan® hat verschiedene Darreichungsformen: Den beliebten Klassiker, Mucosolvan® als Hustensaft mit 30 mg Ambroxol pro 5 Milliliter, Mucosolvan® Retardkapseln (75 mg), die ihren Wirkstoff über den Tag verteilt abgeben, Mucosolvan® Lutschpastillen mit 15 mg Ambroxol, die schon beim Lutschen wirken. Und jetzt neu: Da der klassische Hustensaft so beliebt ist, hat Mucosolvan® nun auch Sachets mit einer Einmaldosis (30 mg je 5 ml) im Portfolio, die sich bequem in die Tasche stecken und bei Bedarf unauffällig und praktisch einnehmen lassen. ■

Alexandra Regner,  
PTA und Journalistin

### MUKOZILIÄRE CLEARANCE

Die mukoziliäre Clearance dient der Reinigungsfunktion der Bronchien und besteht in einem Zusammenspiel zwischen Sekret (Sol-Gel-Phase) und den Flimmerhärchen der Bronchien. Man muss sie sich in ihrer Funktion wie eine Rolltreppe vorstellen. Die Härchen sind winzig: Auf nur einem Quadratzentimeter Schleimhaut befinden sich 109 davon. Diese haben eine Schlagfrequenz von 10 bis 30-mal in der Sekunde. Das Sekret wird in der Luftröhre mit einer Geschwindigkeit von fünf bis sieben Millimetern pro Minute, in den kleinsten Atemwegen einem Tausendstel Millimeter pro Minute transportiert.

**Das indische Lungenkraut** Ambroxol ist der chemisch leicht veränderte Wirkstoff aus der Pflanze *Adhatoda vasica*, dem indischen Lungenkraut. In den Blättern des Strauches kommt das pharmakologisch wirksame Vasicin vor, das allerdings nicht für die direkte Anwendung geeignet ist. Durch Molekülveränderungen wurde Vasicin zu Ambroxol und ist jetzt deutlich wirksamer und verträglicher<sup>5</sup>. Dass Ambroxol eine mehrfache, therapeutisch günstige Wirkung auf Husten und Bronchitis hat, schlug

evidenzbasiert und in randomisierten klinischen Studien nachgewiesen.

**Neue Leitlinie** Neu an der Leitlinie ist, dass sie primär nicht mehr nach Hustenart unterscheidet, sondern die Dauer des Hustens als wichtigstes Beratungskriterium in den Fokus rückt. In der Beratung von Patienten mit der Symptomatik Erkältungshusten war es bisher üblich, nach trockenem oder verschleimtem Husten zu fragen. Oft können Kunden diese Frage nur zögerlich beantwor-

#### Quellen:

- 1 „Was uns wirklich glücklich macht“, BR, 9.5.2019; [www.br.de/themen/wissen/glueck-gluecksforschung-gehirn-100.html](http://www.br.de/themen/wissen/glueck-gluecksforschung-gehirn-100.html).
- 2 Kardos et al. Leitlinie der Deutschen Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin zur Diagnostik und Therapie von Erwachsenen, Patienten mit Husten; Pneumologie 2019; 73: 143-180.
- 3 DAZ 2004, Nr. 40, S. 40.
- 4 Perez-Neria et al. Compend Invest Clin Lat Bin 12, 5-10 1992.
- 5 DAZ 2004, Nr. 40, S. 40.
- 6 DAZ online, 23.9.2019.

Mucosolvan® Retardkapseln 75 mg.  
Mucosolvan® Hustensaft 30 mg/5ml.  
Mucosolvan® Lutschpastillen 15 mg.

**Wirkstoff:** Ambroxolhydrochlorid. Sonst. Bestandt.: Retardkapseln: Carnaubawachs, Gelatine, Magnesiumstearat, Crospovidon, Stearylalkohol, Farbstoffe: Titandioxid (E 171), Eisenoxide (E 172), gereinigtes Wasser. Hustensaft: Benzoesäure, Hydroxyethylcellulose, Sucralose, Aromastoffe, gereinigtes Wasser. Lutschpastillen: Sorbitol, Mannitol, hydrierte Oligosaccharide, Arabisches Gummi, Eucalyptusöl, dünnflüssiges Paraffin, Pfefferminzöl, Saccharin-Natrium, gereinigtes Wasser. **Anw.-Geb.:** Sekretolytische Therapie bei akuten und chronischen bronchopulmonalen Erkrankungen, die mit einer Störung von Schleimbildung und -transport einhergehen. **Gegenanz.:** Überempfindlichkeit gegen einen Inhaltsstoff, Kinder unter 6 Jahren (nur Lutschpastillen) bzw. 12 Jahren (nur Retardkapseln), Stillzeit. Nur auf ärztliche Anweisung: Kinder unter 2 Jahren (nur Hustensaft), Schwangerschaft, beeinträchtigte Nierenfunktion, schwere Lebererkrankung, gestörte Bronchomotorik, größere Sekretmengen. **Nebenw.:** Übelkeit, Erbrechen, Diarrhö, Dyspepsie, Bauchschmerzen, Fieber, Schleimhautreaktionen, Hautausschlag, Urtikaria, Sialorrhö, Angioödem, Pruritus, anaphylaktische Reaktionen bis hin zum Schock, andere Überempfindlichkeitsreaktionen, Dyspnoe (als Symptom einer Überempfindlichkeitsreaktion), schwere Hautreaktionen. Zusätzlich bei Hustensaft und Lutschpastillen: Geschmacksstörungen, Taubheitsgefühl in Mund und Rachen, Trockenheit im Hals, Mundtrockenheit. **Warnhinw.:** Lutschpastillen: Enthält Sorbitol. Apothekenpflichtig. Stand: Oktober 2017  
Sanofi-Aventis Deutschland GmbH, 65926 Frankfurt am Main.