



# Husten: Ein Symptom, viele Ursachen

Von Rothenburg-Partner

Erstellt am 17 Nov 2016 - 11:45

Unsere Atemluft erreicht beim Husten Geschwindigkeiten von bis zu 900 Kilometern pro Stunde. Dabei verteilen sich rund 3.000 Tröpfchen Speichel und Schleim in der unmittelbaren Umgebung: Je nach Größe fliegen sie bis zu 20 Meter weit. Das Rhinovirus ist der am weitesten verbreitete Auslöser für Husten und mit 20 Nanometern so winzig, dass prinzipiell eine 1-Euro-Münze ausreichen würde, um die komplette Weltbevölkerung zu infizieren.

Rund 50 Millionen Menschen stecken sich weltweit täglich mit einem – der über 200 möglichen – Erkältungserreger an. Insbesondere in den Wintermonaten ist die Ansteckungsgefahr groß und die Zahl der Erkrankungen hoch. Für Betroffene wird vor allem der Husten schnell zur Qual. Er kann die Leistungsfähigkeit und die Nachtruhe maßgeblich beeinträchtigen. Dieser Reflex sollte dennoch tagsüber nicht unterdrückt werden, weil er als körpereigener Schutzmechanismus die Lunge von Fremdstoffen oder überflüssigem Bronchialschleim befreit. Pflanzliche Schleimlöser können dabei helfen, diesen Prozess zu unterstützen und damit die Symptome zu lindern.

Warum husten wir?

Husten kann die Folge eines harmlosen Reizes, einer ernst zu nehmenden Grunderkrankung oder einer Erkältung sein. Die Hauptursache für erkältungsbedingten Husten sind Viren, welche sich über Tröpfcheninfektionen verbreiten. Die Folge: Krankmachende Erreger werden über die Umgebungsluft eingeatmet und bis in die Bronchien transportiert. Dort treffen die Krankheitserreger auf die gesunden Zellen. Ein geschwächtes Immunsystem kann diesen Angriff nicht abwehren, weshalb sich die Erreger innerhalb kürzester Zeit vermehren. Der Organismus reagiert mit einer verstärkten Schleimproduktion. Es bildet sich zähes Sekret, das die Funktion der empfindlichen Flimmerhärchen auf der Schleimhaut behindert. Der Abtransport des Sekrets ist blockiert. Es entsteht Husten, mit dem der Schleim „gewaltsam“ aus dem Körper heraus befördert wird.

Das 3-Phasen-Modell des Hustens

Der klassische Husten lässt sich grob in drei Phasen einteilen: In Phase eins kommt es zunächst zu akutem, trockenem Husten, der ca. zwei bis drei Tage anhält. Erst in der zweiten Phase geht dieser in produktiven, befreienden Husten mit Auswurf über. Bei diesem Auswurf handelt es sich in der Regel um zähflüssigen klaren bis weißen Schleim. Eine gelblich bis grünliche Verfärbung des Auswurfs kann bereits auf eine Bakterieninfektion hinweisen. Ursächlich dafür sind möglicherweise Bakterien aus dem Mund, die auf der geschädigten Schleimhaut weitere Entzündungen hervorrufen. Phase drei ist von trockenem Husten geprägt, der sich bis zu acht Wochen hinziehen kann.

Phase 1: Akuter, trockener Husten; ?schmerzhafter Reizhusten (ca. 2 - 3 Tage)

Phase 2: Produktiver, befreiender Husten ?mit Auswurf (ca. 2 Wochen)

Phase 3: Trockener Husten (bis zu 8 Wochen)

Husten ohne Erkältung unbedingt ärztlich abklären lassen

Taucht das Symptom Husten über mehrere Wochen auf, ohne dass ein Atemwegsinfekt der Auslöser dafür ist, sind Komplikationen möglich – insbesondere wenn dieser als Symptom einer zugrundeliegenden chronischen Erkrankung übersehen wird und unbehandelt bleibt. Mögliche Ursachen für ständigen Husten können beispielsweise Asthma bronchiale,



Sekretabflüsse aus der Nase (Post-nasal drip Syndrom), die Refluxkrankheit oder die Einnahme von bestimmten Medikamenten, beispielsweise ACE-Hemmern, sein.

Ein weiteres Problem ist, dass viele Patienten rauchen oder berufsbedingt regelmäßig Schadstoffe wie Staub, Gase und Chemikaliendämpfe aus der Umgebungsluft einatmen. Eine gefährliche Kombination, die ebenfalls ursächlich für die Ausbildung von chronischem Husten sein kann.

### Reizung der Atemwege

Der sogenannte Reizhusten entsteht durch eine Reizung der unteren Atemwege, welche eher nachts, aber auch tagsüber auftreten kann. Einige Betroffene werden anfallsartig nach besonderer Anstrengung oder nach längeren Ruhephasen von Husten überrascht, wobei nicht immer eine Erkältung im Spiel sein muss. Auch allergische Reaktionen (Pollen) oder eingedrungene Fremdkörper (Staub, Gifte) sowie Nebenwirkungen von Medikamenten können diese plötzlichen Hustenattacken auslösen. Zu einer vermehrten Schleimbildung kommt es hierbei nicht. Der unangenehme Hustenreiz kann mit Hilfe von Lutschtabletten oder einem Glas Wasser gelindert werden.

### Husten rechtzeitig wirksam behandeln: Pflanzliches Multitalent unterstützt Heilung

Ständiges Husten führt zu schmerzhaften Reizungen im Hals- und Rachenbereich und beeinträchtigt die Funktion der Schleimhaut und der darauf angesiedelten Flimmerhärchen. Die frühzeitige Einnahme von effektiven Medikamenten bringt Linderung und hilft, das Abhusten zu erleichtern. GeloMyrtol® forte ist ein pflanzliches Arzneimittel, dessen vielseitige Wirkung auf der Kombination ausgewählter, hochdosierter ätherischer Öle basiert: Das Spezialdestillat aus rektifiziertem Eukalyptus-, Zitronen-, Süßorangen- und Myrtenöl (ELOM-080), wirkt schleimlösend, antientzündlich und antibakteriell zugleich, verflüssigt den festsitzenden Schleim und fördert die Heilung. Die Hustenattacken verringern sich spürbar. Studien belegen: Patienten, die frühzeitig ELOM-080 (in GeloMyrtol® forte) einnehmen, haben bereits nach einer Woche einen Heilungsvorsprung von rund drei Tagen gegenüber der Placebo-Gruppe\*. Die Anwendung von GeloMyrtol® forte eignet für jede der drei beschriebenen Phasen des Hustens sowie für die Dauereinnahme.

\* Gillissen A et al.: A Multi-centre, Randomised, Double-blind, Placebo-controlled Clinical Trial on the Efficacy and Tolerability of GeloMyrtol® forte in Acute Bronchitis. Drug Research 2012; 62: 1-9.

Das Zwerchfell gilt als wichtigster Muskel während der Atmung und regelt den Gasaustausch beim Ein- und Ausatmen in der Lunge. Mit einfachen Atemübungen kann der Heilungsprozess während eines Atemwegsinfekts unterstützt werden.

GeloMyrtol® forte. Zur Schleimlösung und Erleichterung des Abhustens bei akuter und chronischer Bronchitis. Zur Schleimlösung bei Entzündungen der Nasennebenhöhlen (Sinusitis). Wirkstoff: Destillat aus einer Mischung von rektifiziertem Eukalyptusöl, rektifiziertem Süßorangenöl, rektifiziertem Myrtenöl und rektifiziertem Zitronenöl (66:32:1:1). Zur Anwendung bei Erwachsenen, Jugendlichen und Kindern ab 6 Jahren. Enthält Sorbitol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. G. Pohl-Boskamp GmbH & Co. KG, 25551 Hohenlockstedt (01/11)

Pohl-Boskamp:

Innovative Präparate – spürbarer Nutzen für Patienten

Mit starken internationalen Marken und wachsenden Betriebsstätten (rund 500 Mitarbeiter) am Standort im Raum Itzehoe /Kreis Steinburg gehört die G. Pohl-Boskamp GmbH & Co. KG zu den aufstrebenden familiengeführten Pharmaunternehmen in Deutschland. Das Unternehmen produziert und vertreibt hochqualitative Arzneimittel und Medizinprodukte zur Behandlung von akuten Erkrankungen. Schwerpunkte sind dabei Medikamente gegen Erkrankungen der Atemwege, des Herz-Kreislauf-Systems, der Harnwege, des Magen-Darm-Traktes - und zur Behandlung des Kopflausbefalls. Pohl-Boskamp ist nicht nur auf dem deutschen Markt, sondern nahezu weltweit geschäftlich aktiv. Dabei bekennt sich das Unternehmen zum



## Husten: Ein Symptom, viele Ursachen

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://medkom24.eu>)

---

Produktionsstandort Deutschland und stellt hier alle seine Pharmaprodukte her, die Vertriebspartner und eigene Gesellschaften bis in entfernte Länder vermarkten. Entsprechend erfolgreich summiert sich der Jahresumsatz auf 88 Millionen € (2012). Die wichtigsten Exportländer sind USA, China, Großbritannien, Niederlande, Russland und Österreich. Als Geschäftsführerin leitet Marianne Boskamp das Unternehmen zusammen mit ihrem Ehemann, Dr. Henning Ueck, und drei weiteren Mitgliedern der Geschäftsleitung das Unternehmen in der vierten Generation.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 00:24):** <http://medkom24.eu/node/21922>