

In folgenden Fällen sollte auch bei einem zunächst harmlos erscheinenden akuten Erkältungsinfekt ein Arzt aufgesucht werden:

- Der Patient leidet an einer chronischen Lungenerkrankungen oder
- schwerwiegenden Begleiterkrankungen wie koronarer Herzkrankheit, Diabetes oder Nierenerkrankung.
- Der Patient erhält eine immunsuppressive Behandlung z.B. wegen eines Tumorleidens oder rheumatoider Arthritis.
- Der Patient ist sehr alt.

Über acht Wochen anhaltender (chronischer) Husten, eine Änderung der Charakteristik eines lange bestehenden Hustens oder besondere Begleitsymptome sollten immer Anlass sein, den Arzt unverzüglich aufzusuchen.

Wie stellt der Arzt die Ursache des Hustens fest?

Die Ursache für den Husten ist oft bereits an Hand der Krankheitsgeschichte und der körperlichen Untersuchung zu erkennen. Dies gilt z.B. bei einem akuten Infekt.

Blutdrucksenkende Medikamente, die als Nebenwirkung Husten verursachen, müssen durch geeignete andere Mittel ersetzt werden, um für den Husten Abhilfe zu schaffen.

Manchmal ist die Ursache nicht so einfach zu finden. In solchen Fällen sind weiterführende lungenfachärztliche Untersuchungen erforderlich, um dem Husten auf die Spur zu kommen. So helfen häufig eine Röntgenaufnahme der Brustorgane und eine Lungenfunktionsprüfung, um beispielsweise Asthma oder eine Lungenentzündung zu diagnostizieren. Unter Umständen sind jedoch langwierige, komplizierte und teure Untersuchungen bis hin zur

Computertomographie, Spiegelung der Bronchien, Langzeitmessung von Säure in der Speiseröhre etc. notwendig, um die Ursache des Hustens zu finden und erfolgreich behandeln zu können. Manchmal ist es notwendig, einen Hals-Nasen-Ohrenarzt oder einen Gastroenterologen (Magen-Darm-Spezialisten) hinzuzuziehen.



Wie bereits erwähnt, findet man in einigen Fällen gar keine fassbare Ursache.

Nicht jeder Patient, der hustet, muss einer „Komplettuntersuchung“ unterzogen werden. Andererseits muss sichergestellt sein, dass Asthma, Lungenkrebs und Tuberkulose frühzeitig erkannt und behandelt werden. Der Hausarzt und der Lungenarzt haben die Aufgabe den goldenen Mittelweg zu finden: Unnötige, manchmal auch komplikationsträchtige Untersuchungen vermeiden, aber das Nötige zügig durchführen.

Wie ist die Behandlung?

Die Abklärung und Behandlung der Ursache des Hustens steht an der ersten Stelle: So kann der Reflux behandelt werden und der Husten wird nachlassen. So sind zum Beispiel Tuberkulose oder Asthma in der überwiegenden Mehrzahl der Fälle behandelbar und der Husten lässt nach. Wenn die Ursache des Hustens unklar bleibt oder durch die Behandlung des zu Grunde liegenden Leidens nicht beeinflusst werden kann, kommen Husten stillende Medikamente (Antitussiva) in Betracht. Die wirksamsten Antitussiva sind Kodein, das frei verkäufliche Dextrometorphan oder in schweren Fällen Morphin als Retardtabellette, dessen Einsatz durch die zahlreiche Nebenwirkungen und die Gefahr der Abhängigkeit sehr begrenzt ist. Der akute Husten reagiert besser auf frei verkäufliches Dextrometorphan und einige klinisch geprüfte pflanzliche Präparate als auf Kodein oder Morphin. Neue Antitussiva befinden sich in der Entwicklung und werden voraussichtlich in drei bis vier Jahren zur Verfügung stehen.

Wo erhalten Sie weitere Informationen?

- Deutsche Atemwegsliga e. V.
 Raiffeisenstraße 38
 33175 Bad Lippspringe
 Telefon (0 52 52) 93 36 15
 Telefax (0 52 52) 93 36 16
 eMail: kontakt@atemwegsliga.de
 Internet: atemwegsliga.de
- facebook.com/atemwegsliga.de
 - twitter.com/atemwegsliga
 - youtube.com/user/atemwegsliga



Titelbild © aceshot - fotolia.com

Stand: 2014

Husten

Husten ist ein Symptom, das praktisch bei allen Atemwegs- und Lungenerkrankungen vorkommt. Husten ist aber nicht nur ein lästiges Symptom, Husten hat auch eine schützende Funktion:

Husten ist ein schützender Reflex

Wenn Speichel, Flüssigkeit oder Nahrung versehentlich in die Atemwege gelangen, man sich also verschluckt, werden diese „Fremdkörper“ durch kräftiges Husten wieder aus den Atemwegen heraus befördert. Manche Krankheiten, wie z. B. Schlaganfall und die Parkinson-Krankheit gehen mit einer Abschwächung des schützenden Hustenreflexes einher. Patienten, die selbst dann nicht husten, wenn sie sich verschlucken, bekommen immer wieder lebensbedrohliche Lungenentzündungen. Aber auch beim Gesunden gelangen immer wieder Bakterien, Viren und andere Fremdpartikel in die Bronchien. Diese Partikel werden durch die feinen Flimmerhärchen wieder nach außen transportiert. Wenn zu viele Fremdpartikel in die Atemwege eindringen und die Flimmerhärchen den Abtransport nicht mehr schaffen, setzt Husten ein, um das Bronchialsystem zu reinigen. Sind die Flimmerhärchen z.B. nach langjährigem Rauchen geschädigt, übernimmt der (Raucher-) Husten die Reinigung des Bronchialsystems.

Die Lunge ist ein Organ, das in engem Kontakt zur Umwelt steht. Die Lunge schützt den Körper mit dem Hustenreflex vor schädigenden Einflüssen.

Husten ist ein Symptom

Da sehr viele Erkrankungen Husten hervorrufen, ist Husten ein sehr häufig auftretendes Symptom. Husten ist einer der häufigsten Gründe für einen Besuch beim einen Arzt. Husten ist oft lästig, sozial störend, und manchmal sogar schmerzhaft. Husten kann durchaus zu schwerwiegenden Komplikationen führen. Beispiel: „blackout“ (Bewusstseinsverlust) während einer kräftigen Hustenattacke.

Akuter und chronischer Husten

Der Husten wird als akut bezeichnet, wenn er innerhalb von acht Wochen abklingt. Wenn der Husten nach dieser Zeit immer noch besteht, spricht man von chronischem Husten. In der überwiegenden Mehrzahl der Fälle ist der akute Husten durch einen Erkältungsinfekt verursacht, der spontan abklingt. Der chronische Husten weist hingegen auf wichtige, abklärungs- und behandlungsbedürftige Erkrankungen hin.

Bei länger als acht Wochen anhaltendem Husten soll ein Arzt aufgesucht werden.

Akuter Husten bei Infekten der oberen und unteren Atemwege

Akute virale Infekte („Erkältung“, Grippe) sind die häufigste Ursache des Hustens. Das schlechte Allgemeinbefinden, der Halsschmerz, der Schnupfen klingen in der Regel in drei bis acht Tagen ab, allerdings kann ein dann meist trockener Reizhusten mehrere Wochen lang bestehen bleiben, bevor es spontan abklingt. Neuere Daten zeigen, dass bei Kindern der akute Erkältungshusten durchschnittlich 25 Tage dauern kann! Bei Erwachsenen ist ein Arztbesuch meist nicht notwendig.

Anhaltend hohes Fieber mit Husten kann auf eine Lungenentzündung hinweisen, die ärztlich behandelt werden muss.



Chronischer Husten (Dauer mehr als acht Wochen)

- Die **chronische Bronchitis** ist eine häufige Ursache von chronischem Husten, sie ist meist eine direkte Folge des Rauchens. Chronische Bronchitiker müssen morgens husten, um ihre Bronchien zu reinigen, da die Flimmerhärchen durch Schadstoffe im Zigarettenrauch geschädigt sind.
- **Lungenkrebs** ist häufig, aber nicht immer, Folge des Zigarettenrauchens und kann die Ursache eines sich langsam verschlechternden Hustens sein. Häufig tritt Husten beim Lungenkrebs erst im Spätstadium auf.

Wenn ein Raucher plötzlich mehr, anders oder gar Blut hustet, ist eine lungenfachärztliche Untersuchung dringend erforderlich.

- **Asthma:** Nächtlicher Husten oder Husten unter körperlicher Belastung kann das Symptom eines Asthmas sein. Ein solcher Husten spricht nicht auf die üblichen Hustenmittel sondern nur auf eine antiasthmatische Behandlung an.
- Vor 100 Jahren wurde anhaltender Husten fast automatisch mit **Tuberkulose** gleichgesetzt. Obwohl die Tuberkulose in Deutschland ihren Charakter als Volkskrankheit längst verloren hat, lebt die psychologische Begründung für die soziale Isolation chronisch hustender Patienten weiter; die allgemeine Verhaltensweise hat sich noch nicht wesentlich verändert.
- **Chronische Nebenhöhlenentzündung, Erkrankungen der oberen Atemwege** können chronischen Husten verursachen. Allerdings husten keinesfalls alle Patienten, die an solchen Erkrankungen leiden. Hier spielt die Empfindlichkeit des Hustenreflexes eine wichtige Rolle.
- **Gastroösophagealer Reflux** (Mageninhalt fließt in die Speiseröhre zurück) verursacht ebenfalls chronischen Husten. Reflux ist eine sehr häufige Erkrankung. Hier gilt wieder, dass keinesfalls jeder Refluxpatient hustet; Reflux bedingter Husten setzt

eine entsprechende Überempfindlichkeit des Hustenreflexes voraus.

- Einige **Medikamente** verursachen bei empfindlichen Personen chronischen Husten. Dies gilt z.B. für ACE-Hemmer wie Ramipril. ACE-Hemmer sind Medikamente, die den Blutdruck senken. (ACE = angiotensin converting enzyme).
- Bei bis zu 20% der Betroffenen kann ein chronischer Husten auftreten, dessen Ursache selbst bei sorgfältiger fachärztlicher Untersuchung nicht gefunden wird. Hier spielt wiederum die hohe Empfindlichkeit des Hustenreflexes die entscheidende Rolle. Frauen sind ungefähr doppelt so häufig betroffen als Männer. Man spricht von chronischem Husten unbekannter Ursache, (chronischer idiopathischer Husten)

Wann sollte wegen Husten ein Arzt aufgesucht werden?

Da Husten häufig vorkommt und oft harmlos ist, stellt sich für viele Patienten die Frage: Soll ich zum Arzt gehen?

Ein akuter Infekt im Herbst oder Winter mit Husten und anderen Erkältungssymptomen, der ein oder zwei Wochen anhält, kann bei einem ansonsten gesunden Menschen in eigener Regie auskuriert werden. Die Symptome können gegebenenfalls mit frei verkäuflichen Arzneimitteln gelindert werden. Eine Beratung gibt es bei Bedarf in der Apotheke. Zwar klingt der Husten auch ohne Behandlung ab, es gibt jedoch einige, auch pflanzliche, Medikamente, die das Abklingen beschleunigen und die Symptome lindern.

Treten jedoch ungewöhnliche Symptome wie Atemnot, Bluthusten, hohes Fieber oder starke Schmerzen auf, sollte der Arzt aufgesucht werden.