



Gewicht: Seitenaufmachung, gross

23. Januar 2018  
Zurück zum Inhaltsverzeichnis

BURGDORF SEITE 3

## Spital Emmental

# Husten ist lästig – wann sogar gefährlich?

### Publikumsvortrag mit Dr. med. Markus Riederer, Leitender Arzt Pneumologie Burgdorf

«Lästiger Husten – nicht immer harmlos.» So lautet der Titel des Vortrags, an dem Dr. med. Markus Riederer, Leitender Arzt Pneumologie Burgdorf, übermorgen Donnerstagabend, 25. Januar, 19.00 bis etwa 20.00 Uhr, dem interessierten Publikum im Kurslokal des Spitals Emmental in Burgdorf viel Wissenswertes erläutern wird. Zum gleichen Thema referiert dann eine Woche später sein Kollege Dr. med. Jörg Salomon, Leitender Arzt Pneumologie Langnau, im Spital Emmental in Langnau. Der Eintritt ist jeweils frei, eine Anmeldung nicht erforderlich. Nach den Referaten besteht dann beim alkoholfreien Apéro – vom Spital Emmental offeriert – die Möglichkeit, den Fachleuten noch «bilateral» Fragen zu stellen.

„D’REGION»: *Was ist der Unterschied zwischen Husten und Bronchitis?* Dr. Riederer: Husten ist ein Symptom, das verschiedene Ursachen haben kann. Bronchitis ist eine Entzündung der Bronchien – das heisst der Atemwege, über welche die Luft transportiert wird.

„D’REGION»: *Im Winter leiden mehr Leute als im Sommer an akutem Husten oder gar an Hustenanfällen. Weshalb?* Dr. Riederer: In den Wintermonaten ist die Luft kalt und trocken. Dementsprechend ist das Abwehrsystem teilweise beeinträchtigt, sodass allfällige Viren oder auch Bakterien besser in die tieferen Atemwege gelangen und den Husten somit auslösen können.

„D’REGION»: *Eine Frage zur Selbstbehandlung: Wie sollen Betroffene vorgehen – das altbewährte Isländisch Moos lutschen, möglichst viel trinken oder in der Drogerie beziehungsweise Apotheke Medikamente wie Hustenblocker besorgen?* Dr. Riederer: In der ersten akuten Phase eines Hustens sind die altbewährten obgenannten Mittel sicherlich sinnvoll. Sobald der Husten aber länger, das heisst über Wochen, andauert, sollte eine Weiterabklärung zuerst beim Hausarzt und allenfalls auch beim Spezialisten durchgeführt werden.

„D’REGION»: *Gibt es Hausmittel, mit denen dem Husten den Garaus gemacht werden kann?* Dr. Riederer: Honigmilch wie auch Salbeilutschtabletten können teilweise eine Beruhigung bringen.

„D’REGION»: *Kommen zum Erkältungshusten meist – oder eher selten – noch Schnupfen und Halsweh hinzu?* Dr. Riederer: Bei einer Viruskrankheit der oberen Atemwege beginnt es jeweils mit Schnupfen und Kopfschmerzen sowie eventuell Halsschmerzen. Bei einem Befall der zentralen Atemwege kommt dann der Husten mit oder ohne Auswurf hinzu.

„D’REGION»: *Falls der Husten nicht in den Griff zu bekommen ist: Ab wann ist der Besuch beim Hausarzt angezeigt?* Dr. Riederer: Falls der Husten über Wochen, insbesondere mehr als acht Wochen besteht, falls der Patient beunruhigt ist oder wenn infolge des Hustens Komplikationen aufgetreten sind – Rippenbrüche, Bewusstlosigkeit nach Hustenattacken und so weiter –, dann spätestens sollte der Hausarzt aufgesucht werden. Früher schon bei Auftreten von hohem Fieber zum Ausschluss einer Lungenentzündung. Ebenfalls rascher auch bei immungeschwächten Personen oder bei Schwangeren. Warnzeichen sind auch ein Gewichtsverlust und vermehrtes Schwitzen – insbesondere nachts.

„D’REGION»: Wann ist ein Husten harmlos, wann ernst zu nehmen und deshalb unverzüglich zu behandeln? Dr. Riederer: Ein akuter Husten als Folge einer Viruskrankheit heilt meist innerhalb von ein bis zwei Wochen ab. Im Rahmen einer Grippe tritt häufig Husten mit oder ohne Auswurf auf. Bei länger dauerndem Fieber oder blutigem Auswurf sollte unverzüglich der Hausarzt kontaktiert werden.

„D’REGION»: Welches sind die Gründe, dass der nächtliche Husten mitunter häufiger und lästiger ist als jener tagsüber? Dr. Riederer: In der Nacht werden wir weniger abgelenkt durch andere Aktivitäten und möchten schlafen. Deshalb kann der Husten nachts sehr quälend und stark störend werden.

„D’REGION»: Erfordert der Husten vor allem dann sofortige ärztliche Betreuung und Hilfe, wenn er mit Fieber einhergeht? Dr. Riederer: Nicht in jedem Fall. Grippe geht auch mit Fieber und Husten einher. Wenn aber Atemnot oder blutiger Auswurf dazukommt, sollte der Hausarzt kontaktiert werden.

„D’REGION»: Nun gibt es aber auch Husten, der keineswegs auf eine Erkältung zurückzuführen ist. Wie ist beispielsweise dem Raucherhusten beizukommen – nur mit weniger oder gar nicht mehr rauchen oder auch anderswie? Dr. Riederer: Beim Raucherhusten gehen die feinen Flimmerhaare der Atemwege zugrunde. Die chronische Reizung durch den Rauch bewirkt eine vermehrte Bildung von Schleim, der in den Atemwegen liegen bleibt und somit vor allem morgens jeweils hochgehustet werden muss. Einzige hilfreiche Massnahme ist somit ein möglichst frühzeitiger und vollständiger Verzicht auf das Rauchen, aber auch auf das Passivrauchen oder E-Zigaretten.

„D’REGION»: Kommen auch Patienten zu Ihnen, bei denen der Husten psychisch bedingt ist – und wenn ja, wie äussert sich dieser Husten; tritt er vor allem bei Stress und Nervosität auf? Dr. Riederer: Husten kann nach Ausschluss der wichtigsten Ursachen auch psychogen bedingt sein und tritt vor allem bei Stresszuständen auf.

„D’REGION»: Dann hätten wir noch den auf eine Übersäuerung des Magens zurückzuführenden Husten. Wie ist diesem beizukommen – zum Beispiel mit dem Verzicht auf gewisse Nahrungsmittel? Von welchen säurebildenden Esswaren ist vor allem abzuraten? Dr. Riederer: Husten kann teilweise direkt oder via Reizung von Nervenendigungen bei Aufstossen von saurem Magensaft chronisch werden. Verzicht auf Alkohol, Rauchen und fettige Mahlzeiten vor allem abends kann helfen, das saure Aufstossen zu reduzieren. Ebenso das Höherstellen des Kopfendes des Bettes während der Nacht. Meist sind aber säurehemmende Medikamente oder sogar eine Operation notwendig.

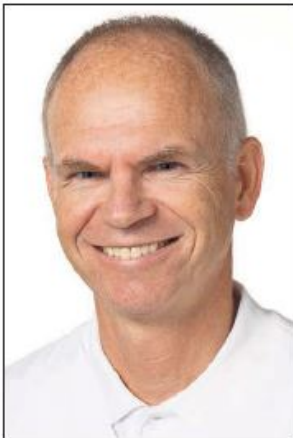
„D’REGION»: Wie gravierend erachten Sie Umwelteinflüsse wie Abgase und Staubpartikel für Hustenreize? Dr. Riederer: Die zunehmende Luftverschmutzung mit insbesondere Feinstaubpartikeln spielt sicherlich eine wesentliche Rolle in der Entstehung von chronischen Atemwegserkrankungen.

„D’REGION»: Wie entsteht eine Lungenentzündung und wie kann eine solche – die leider oft sogar tödlich endet – vermieden werden? Dr. Riederer: Bei einer Lungenentzündung gelangen krankmachende Bakterien – seltener auch Viren – in das Lungengewebe und bewirken dort eine schwere Entzündung. Folge davon sind Fieber, Husten, Auswurf und Atemnot sowie ein ausgeprägtes Krankheitsgefühl. Vermeiden kann man eine Lungenentzündung nie völlig. Hilfreich sind regelmässig Sport zu treiben, nicht zu rauchen und eine ausgewogene Ernährung einzunehmen. Allenfalls sind auch Impfungen bei Personen mit chronischen Erkrankungen insbesondere der Lunge oder des Herzens und bei älteren Personen notwendig.

---

## Zu den Personen

Dr. med. Markus Riederer absolvierte seine Weiterbildung zum Facharzt Pneumologie im Kantonsspital St. Gallen und am Inselspital Bern. Er ist seit dem 1. Juli 2001 am Spital Emmental, Standort Burgdorf, tätig.  
Dr. med. Jörg Salomon absolvierte die Weiterbildung zum Facharzt Pneumologie im Inselspital Bern. Er ist seit dem 1. August 2017 am Spital Emmental, Standort Langnau, tätig. Hans Mathys



Dr. med. Markus Riederer.



Dr. med. Jörg Salomon.

Bilder: zvg

© **D'Region**