



Husten

Nicht immer harmlos

Husten kann verschiedene Ursachen haben – banale und ernstere. Denn nebst Infekten mit Viren oder Bakterien können auch schwere Erkrankungen, wie beispielsweise die chronische Bronchitis oder die sogenannte «Raucherlunge» (COPD), dahinterstecken.

Der Winter ist die klassische Jahreszeit für Erkältungen. Das oft nasskalte Wetter sorgt dafür, dass man sich lieber in der Wohnung aufhält und seltener lüftet. Dies sind ideale Voraussetzungen für die Vermehrung von Erkältungsviren. Das führt oft – nebst Schnupfen und Halsweh – zu lästigem Husten. Doch nicht jeder Husten lässt sich auf eine harmlose Erkältung zurückführen: Er kann auch ein Symptom für eine ernsthafte Erkrankung sein.

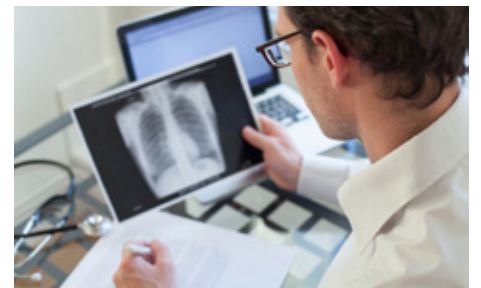
Husten – ein natürlicher Reflex

Grundsätzlich aber ist Husten ein natürlicher Reflex, um Keime, Schad- und Fremdstoffe, die in die Atemwege gelangen, rasch wieder loszuwerden. Verschiedene Mechanismen sind daran beteiligt, dass dieses «Reinigungssystem» funktioniert. So gibt es Rezeptoren, die an verschiedenen Stellen im Oberkörper sitzen und auf Berührung, Druck oder auf chemische Stoffe reagieren. Ihre Aufgabe besteht darin, Impulse an das Gehirn weiterzuleiten, wo das Hustenzentrum den Befehl an das Zwerchfell sowie die Bauch- und Atemmuskulatur gibt, sich zusammenzuziehen. Der dadurch entstehende Husten kann die Ausatemluft bis auf 600 km/Stunde beschleunigen. Damit dieser Schutzmechanismus schnell zur Verfügung steht, ist der Husten als Reflex angelegt und hängt nicht davon ab, ob wir uns willentlich dafür entscheiden.

Akut oder chronisch?

Wie lange ein Husten andauert, ist für den behandelnden Arzt ein wichtiges Kriterium zur Diagnosestellung. Ein akuter Husten dauert höchstens acht Wochen, alle länger anhaltenden Formen werden als chronischer Husten

bezeichnet. Mit Abstand die häufigste Ursache von Husten ist die akute Bronchitis im Rahmen von viralen Erkältungserkrankungen, die meist durch sogenannte Rhinoviren verursacht werden. Die in die Bronchien eingedrungenen Viren greifen deren Schleimhaut an und lösen eine Entzündung aus. Es kommt zu einer vermehrten Produktion von zähem Schleim, der die Flimmerhärchen blockiert, sodass das natürli-



Pneumologie jetzt auch in Langnau

Anfang August 2017 hat der Burgdorfer Lungenspezialist Jörg Salomon im Spital Emmental Langnau seine fachärztliche Praxis eröffnet. Sie ergänzt die bestehende Pneumologie-Praxis von Markus Riederer in Burgdorf. Zusammen betreuen die beiden Ärzte die pneumologischen Patienten im Emmental.

Atemwegserkrankungen und Husten

Chronische Bronchitis: Bei einer chronischen Bronchitis handelt es sich um eine dauerhafte Entzündung der unteren Atemwege. Sie stellt eine Vorstufe zu einer ernsthaften Lungenkrankheit dar – der chronisch obstruktiven Bronchitis (COPD).

«**Raucherhusten**» **COPD:** Bei der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung COPD, die oft bei chronischen Rauchern auftritt, ist das Lungengewebe so stark geschädigt, dass der Organismus im Endstadium nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden kann. Folge: Auswurf, Atemnot und Leistungsschwäche. Obwohl die COPD zu den «Volkskrankheiten» gehört, wird sie oft unterschätzt, führt sie doch relativ häufig zum Tod.

Asthma: Bei Asthmatikern sind die Bronchien überempfindlich, verengen sich und produzieren viel zähen Schleim, den der Körper durch den Husten ausscheidet. Nebst dem Husten zählen Atemnot und pfeifendes Ausatmen zu den typischen Krankheitszeichen.

Lungenkrebs: Lungenkrebs entsteht in der Regel in den Bronchien und wird daher auch als Bronchialkarzinom bezeichnet. Im Anfangsstadium führt dieses kaum zu Beschwerden. Besonders verdächtig auf die Erkrankung sind Husten und Auswurf mit Blutbeimengungen. Im weiteren Verlauf können unter anderem Heiserkeit, Schluckbeschwerden, Brustschmerzen sowie Atemnot und Gewichtsverlust dazukommen.

Refluxkrankheit: Bei der Refluxkrankheit fliesst saurer Magensaft zurück in die Speiseröhre und kann von dort aus auch in die Luftröhre gelangen. Die Reizungen der Schleimhaut im Atemsystem aktivieren die Hustenrezeptoren und sorgen besonders für nächtlichen Hustenreiz.

che Reinigungssystem nicht mehr funktioniert. Mit der Zeit staut sich immer mehr zäher Schleim in den Atemwegen an, der die freien Nervenenden in den Atemwegen reizt. Dies führt zu einem anhaltenden Hustenreiz, da der Körper sich von dem Schleim befreien möchte.

Produktiver und unproduktiver Husten

Ein Erkältungshusten ist oft trocken und besonders quälend und unproduktiv, das heisst, es wird kein Schleim ausgeworfen. Vor allem nachts kann der Hustenreiz zu einem lästigen Ruhestörer werden. Oft geht der trockene Reizhusten in einen festsitzenden Husten über, das heisst, er geht mit einer vermehrten Schleimproduktion einher, was als produktiver Husten bezeichnet wird.

Die Hustendauer kann sich bei einer Erkältungsinfektion auf bis zu acht Wochen erstrecken. Üblicherweise sollten die Beschwerden jedoch nach 10 bis 14 Tagen deutlich nachlassen, auch wenn es bis zur vollständigen Genesung noch einige Zeit dauern kann. Zum Arzt sollte man gehen, wenn die Beschwerden nach zwei bis drei Wochen nicht spürbar nachgelassen haben. Wenn sich Fieber, Atembeschwerden und/oder ein ausgeprägtes Schwächegefühl dazugesellen, könnten bakterielle Krankheitserreger Verursacher sein und eine Lungenentzündung vorliegen. Hinter einem chronischen Husten können – nebst vielen anderen Krankheiten – schwere Atemwegserkrankungen wie Asthma und Lungenkrebs, die «Raucherlunge»

COPD oder eine Refluxkrankheit stecken (siehe Infobox).

Diagnostik bei Husten

Für die Diagnosestellung wertet der Arzt zunächst das Gespräch (Anamnese) mit dem Patienten aus. Dabei sind Fragen wie «Ist jemand Raucher oder Nichtraucher?» oder «Kommt es zum Auswurf und welche Farbe hat dieser?» zentral. Nebst der körperlichen Untersuchung schliessen sich – je nach Ergebnis – Blutuntersuchungen und technische Diagnoseverfahren (zum Beispiel Thoraxröntgen) an.



Die Autoren

Dr. med. Jörg Salomon
Facharzt FMH für Allgemeine Innere Medizin und für Pneumologie
Leitender Arzt Pneumologie Langnau

Kontakt:

Spital Emmental
Dorfbergstrasse 10, 3550 Langnau im Emmental
Tel. 034 421 33 35
pneumologie.langnau@spital-emental.ch



Dr. med. Markus Riederer
Facharzt FMH für Allgemeine Innere Medizin und für Pneumologie
Leitender Arzt Pneumologie Burgdorf

Kontakt:

Spital Emmental
Oberburgstrasse 54, 3400 Burgdorf
Tel. 034 421 23 54
markus.riederer@spital-emental.ch

Behandlung richtet sich nach der Ursache

Wenn es sich um einen einfachen Erkältungshusten handelt, kann dieser in der Regel selbst behandelt werden, denn ein akuter Husten heilt meist komplikationslos aus. Bei chronischem Husten hängt die Prognose von der jeweiligen Grunderkrankung ab. Zur Therapie von störendem Reizhusten werden sogenannte Hustenstiller (Antitussiva) eingesetzt. Wenn der Husten produktiv ist und zäher Schleim abgehustet werden muss, kommen Schleimlöser (Mukolytika, Sekretolytika) zum Einsatz. Die Anwendung von salzhaltigen Nasensprays führt zur Anfeuchtung der Schleimhäute und fördert dadurch das Abhusten. Auch Inhalationen mit ätherischen Ölen oder Mineralsalzen können die Beschwerden lindern. Bei schwereren Erkrankungen wie Asthma, COPD usw. sind spezifisch ausgerichtete Therapiemassnahmen angezeigt.

Vorträge

Lästiger Husten – nicht immer harmlos

25. Januar, Spital Burgdorf, 19 Uhr

1. Februar, Spital Langnau, 19 Uhr

Referenten: Dr. med. Markus Riederer, Leitender Arzt Pneumologie Burgdorf, Dr. med. Jörg Salomon, Leitender Arzt Pneumologie Langnau