

WENN PLÖTZLICH DIE LUFT WEGBLEIBT

Hustet ein Kind nachts bellend und ringt nach Atem, handelt es sich möglicherweise um einen Anfall von Pseudokrupp. Hilfreich sind feuchte und kühle Luft sowie Erwachsene, die Sicherheit vermitteln. Verschwinden die Symptome nicht, ist ein Notruf angezeigt.

— Text Ginette Wiget

Beatrice Kunz wurde vom Husten ihres dreijährigen Sohnes aus dem Schlaf gerissen. «Er gab pfeifende Geräusche von sich und fing an, nach Luft zu ringen», erinnert sich die 38-jährige Mutter an den nächtlichen Vorfall im vorletzten Winter. In Panik weckte sie ihren Mann. «Ich hatte Angst, unser Sohn könnte ersticken, und wusste nicht, was zu tun ist.» Die Eltern riefen den Notfallkinderarzt an. Als dieser am Telefon die Hustengeräusche hörte, vermutete er sogleich einen Pseudokrupp.

Pseudokrupp, in der Fachsprache «Laryngotracheitis», ist eine Infektion des Kehlkopfes und der Luftröhre, die durch Erkältungsviren ausgelöst wird. Den seltsamen Namen verdankt die Krankheit der Tatsache, dass sie dem echten «Krupp-Husten», der Diphtherie, ähnelt. Gegen diese schwere Infektionskrankheit kann man sich impfen lassen. Deswegen kommt sie bei uns seit 1983 nicht mehr vor.

Vor allem in den Herbst- und Wintermonaten häufen sich auf den Notfallstationen die Fälle von Pseudokrupp, dabei handelt es sich vorwiegend um Kinder zwischen anderthalb und fünf Jahren. Rund jedes siebte Kind dieser Altersgruppe erkrankt ein- oder mehrmals daran. Oft geht dem Pseudokrupp eine leichte Erkältung mit Halsweh und Schnupfen voraus. In den Abendstunden oder nachts fangen die Kinder plötzlich bellend an zu husten. Typisch sind zudem pfeifende

Geräusche beim Einatmen und in schwereren Fällen Atemnot. Denn die Viren lassen die Schleimhäute im Bereich des Kehlkopfes und der Luftröhre anschwellen, sodass weniger Luft durchkommt. «Da Kinder noch kleinere, engere Atemwege haben, gibt es schneller Probleme mit der Atmung», sagt Georg Staubli, Leiter der Notfallstation des Kinderspitals Zürich. «Erwachsene mit einer Kehlkopf- und Luftröhrenentzündung leiden meist nur unter Heiserkeit.»

Kinder von Rauchern gefährdeter

Inzwischen wissen die Mediziner, dass Schadstoffe in der Luft die Erkrankung begünstigen können. So leiden Kinder, die in Raucherwohnungen aufwachsen, häufiger unter Pseudokrupp. Auch das Geschlecht hat einen Einfluss: Bei Jungen treten die Hustenanfälle etwas häufiger auf als bei Mädchen, der Grund dafür ist unbekannt.

Diagnostiziert wird die Krankheit aufgrund ihrer charakteristischen Hustengeräusche und der pfeifenden Einatmung. Um andere, schwerere Infektionen auszuschliessen, wird meist noch der Rachen untersucht und die Lunge abgehört.

Der Notfall-Kinderarzt konnte Beatrice Kunz und ihrem Mann die Angst etwas nehmen. Er riet ihnen, möglichst ruhig zu bleiben, sich mit dem Kind auf den Balkon zu setzen und mit ihm zu kuscheln. «Aus Erfahrung wissen wir, dass

Frische Luft lindert Hustenanfälle: Ein Spaziergang am Abend senkt das Risiko für einen nächtlichen Pseudokrupp-Anfall.

die frische, kalte Winterluft den Kindern guttut», erklärt der Kinderarzt Georg Staubli. Noch viel wichtiger sei es jedoch, als Eltern Ruhe auszustrahlen. «Solche Hustenanfälle sind schmerzhaft und beunruhigen das Kind», sagt er. «Durch die Aufregung atmet es schneller und kriegt dadurch noch schlechter Luft. Das ist ein Teufelskreis.» Umso mehr braucht das Kind Eltern, die ihm Ruhe und Sicherheit vermitteln.

Manche Ärzte raten dazu, mit dem Kind ins Badezimmer zu gehen und die Dusche anzustellen, weil feuchte Luft die Symptome lindern soll. «Früher gab es auf unserer Notfallstation deshalb sogar Luftbefeuchter», erinnert sich Georg Staubli. Doch das ist Geschichte. «Studien haben gezeigt, dass feuchte Luft alleine die Symptome nicht verbessert», sagt der Kinderarzt. Der Badezimmer-Trick wirke →



DAS HILFT KINDERN, WENN SIE ERKÄLTET SIND

• Auch ein erkältetes Kind darf nach draussen gehen, solange es sich nicht schlapp fühlt und kein Fieber hat. Etwas Bewegung an der frischen Luft tut ihm sogar gut. Wichtig ist dabei, dass das Kind nicht friert. Sonst wird der Körper weniger durchblutet, was die Arbeit des Immunsystems erschwert.

• Kinder brauchen meist viel Nähe, wenn sie krank sind. Liebe und Zuwendung in entspannter Umgebung unterstützen ihre Genesung.

• In der Nacht haben Kinder mit Schnupfnasen oft Mühe

zu schlafen. Nasentropfen oder -sprays lassen die Nasenschleimhaut abschwellen und erleichtern die Atmung. Sie sollten jedoch nicht länger als eine Woche angewendet werden. Um die Nase von Schleim zu befreien und zu befeuchten, eignen sich Meerwassersprays sowie Dampfinhalationen mit Salz.

• Bei leichten Halsschmerzen hat sich Salbei- oder Kamillentee bewährt. Für ältere Kinder eignen sich Bonbons oder Lutschtabletten mit schmerzlindernden und desinfizierenden Wirkstoffen. Ist

das Halsweh stark, helfen auch Schmerzmittel wie Ibuprofen oder Paracetamol.

• Der Nutzen von medikamentösen Hustenstillern ist nicht ausreichend durch Studien belegt. Zudem können sie in seltenen Fällen schwere Nebenwirkungen haben. Insbesondere bei kleinen Kindern wird davon abgeraten. Viele Kinderärzte empfehlen, stattdessen lieber zu Tee oder Milch mit Honig (Achtung: nicht für Babys unter einem



Jahr) zu greifen. Eine US-Studie an 105 Kindern zeigt, dass Buchweizenhonig einen

besseren hustenstillenden Effekt hatte als ein Hustensaft mit dem gängigen Wirkstoff Dextromethorphan.

• Sind Kinder durch hohes Fieber stark mitgenommen, können Medikamente wie Paracetamol oder Ibuprofen (Babys ab drei Monate) Linderung verschaffen. Ausserdem helfen sie gegen Schmerzen wie Ohren- oder Halsentzündungen.



manchmal wahrscheinlich trotzdem, weil Eltern etwas tun können und deshalb ruhiger werden, was sich wiederum auf das Kind überträgt.

Beatrice Kunz befolgte den Rat des Notfallarztes, und der Husten ihres Sohnes wurde bald besser. «Auf Empfehlung des Arztes gaben wir ihm noch ein Schmerzmittel und legten uns mit ihm ins Bett. Nach wenigen Minuten schlief er friedlich.»

Wird der Husten draussen in der Kälte nicht besser, ist es ratsam, einen Arzt anzurufen. Viele Gemeinden sind einem ärztlichen Notfalldienst angeschlossen. Zudem verfügen verschiedene Kinderspitäler über Notfallnummern, die schweizweit angerufen werden dürfen. Bei schwerer Atemnot sollten Eltern sofort die Nummer 144 wählen. «Selber ins Spital zu fahren, ist keine gute Idee, im schlimmsten Fall bauen aufgeregte Eltern einen Unfall», sagt Georg Staubli. Zeichen einer schweren Atemnot sind Einziehungen oberhalb des Brustbeines und zwischen den Rippen, Blauverfärbung der Haut sowie Trinkverweigerung. «Solch schwere Fälle von Pseudokrapp sind zum Glück eher selten», sagt der Kinderarzt.

Noch seltener ist die sogenannte Kehldackelentzündung, eine lebensbedrohliche Erkrankung, die dem Pseudokrapp

«Da Kinder engere Atemwege haben, gibt es schneller Probleme mit der Atmung.»

Georg Staubli, Kinderarzt

ähneln kann, aber vom Bakterium «Haemophilus influenzae B», kurz HIB, ausgelöst wird. Die allermeisten Kinder sind gegen diese Erkrankung, die mit hohem Fieber einhergeht, geimpft.

Behandlung im Spital mit Cortison

Im Spital wird der Pseudokrapp in der Regel mit Cortison behandelt. Das Medikament bewirkt innerhalb von sechzig Minuten ein Abschwollen des entzündeten Kehlkopfes und der Luftröhre. «Viele Eltern haben Bedenken gegenüber Cortison», sagt Georg Staubli. Doch eine Einzelmalgabe zeigt praktisch keine Nebenwirkungen. «Diese treten erst bei längerfristiger Anwendung oder hohen Dosen auf.»

Manchmal braucht es auch eine Inhalations-Therapie mit dem Hormon Adre-

nalin, das die Atemwege innert weniger Minuten abschwellen lässt. Je nachdem, wie es dem Kind geht, bleibt es danach zur Überwachung im Spital oder darf wieder nach Hause.

Beatrice Kunz suchte mit ihrem Sohn am Tag nach dem Vorfall die Kinderärztin ihres Sohnes auf. Diese bestätigte die Diagnose Pseudokrapp und stellte ein Rezept für ein Cortison-Präparat aus. «Seit wir das Mittel daheim haben, hatte mein Sohn keinen nächtlichen Hustenanfall mehr», sagt Beatrice Kunz. Auch Georg Staubli vom Kinderspital Zürich gibt den Eltern meist ein Cortison-Präparat mit nach Hause. «Falls der Pseudokrapp wieder auftaucht, haben sie ein Mittel griffbereit, das die Beschwerden des Kindes schnell lindert.» In der Regel ist der Pseudokrapp nach maximal zwei Nächten ausgestanden – und die Eltern können beruhigt aufatmen. ■

NOTFALLNUMMERN

Beratungstelefon Kinderspital Zürich: Bewohner Kanton ZH gratis: **0800 33 66 55**
Ausserkantonale: **0900 26 67 11** (3.23 Fr.)*

Helpline Universitäts-Kinderspital Basel: **0900 712 712** (Festnetz 3.23 Fr.)*

Kinderärztliche Beratung Inselspital Bern: **0900 632 927** (Festnetz/Handy 0.95 Fr.)*

*pro Min.

ANZEIGE

Häufig erkältet?
Ich stärke mein Immunsystem.

Jetzt vorbeugen!

A.Vogel
Echinaforce® forte
Resistenz-Tabletten
Pflanzliches Arzneimittel

Eine Antwort der Natur:
Echinaforce® forte

- Zur Steigerung der körpereigenen Abwehr
- Aus frischem Roten Sonnenhut

Erhältlich in Apotheken und Drogerien. Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel. Lesen Sie die Packungsbeilage. Bioforce AG, Roggwil TG.

A.Vogel