

Husten

bei Erwachsenen und Kindern



Husten gehört zu den gängigsten Beschwerdebildern. Die häufigste Ursache für Husten ist eine harmlose Erkältung. In der Regel vergeht ein Husten innerhalb von zwei bis drei Wochen von selbst wieder (= akuter Husten). Dauert ein Husten länger als acht Wochen an, wird von chronischem Husten gesprochen.

Was können Sie selbst zur Linderung eines akuten Hustens tun?

Behandlung ohne Medikamente:

- Trinken Sie ausreichend, aber nicht wesentlich mehr, als sonst.
- Vermeiden Sie unnötigen Stress und Hektik.
- Hustenbonbons können den Husten lindern, aber nicht stoppen.
- Verzichten Sie aufs Rauchen und vermeiden Sie verrauchte Räume.

Die Wirksamkeit einfacher Hausmittel bei akutem Husten (z. B. Ingwer, Honig, Hühnersuppe) ist wissenschaftlich nicht belegt, kann aber durchaus zu einer subjektiv empfundenen Linderung führen.

Behandlung mit Medikamenten:

In der Regel heilt ein akuter Husten, der Folge einer Erkältung oder akuten Bronchitis ist, auch ohne Medikamente folgenlos aus. Wichtig: Diese Art von Husten wird von Viren verursacht. **Hier helfen keine Antibiotika!** Diese wirken nämlich nur bei bakteriellen Infektionen.

Wann ist medizinischer Rat einzuholen?

Wenden Sie sich in folgenden Fällen an eine Hausärztin/einen Hausarzt:

- Sie haben Brustschmerzen.
- Sie haben Probleme beim Atmen.
- Sie spucken beim Husten Blut aus.
- Sie verlieren ohne erkennbaren Grund Gewicht.
- Ihr Husten dauert länger als drei Wochen.
- Ihr Husten wird zunehmend schlimmer.
- Sie haben das Gefühl, dass die Seiten ihres Halses geschwollen sind und schmerzen.
- Sie haben ein geschwächtes Immunsystem (z. B. durch eine Chemotherapie oder Diabetes).

Ansteckung vermeiden!

- regelmäßig und gründlich Hände waschen
- in die **Armbeuge** husten und nicht in die Hände

Ihre Hausarzt-Ordination hat gerade geschlossen?

In der Regel genügt es, wenn Sie am nächsten Ordinationstag anrufen.

Sind Sie unsicher? Dann rufen Sie 1450, die telefonische Gesundheitsberatung.

Mehr Infos und Quellen finden Sie auf www.wobinichrichtig.at.



**GESUND
WERDEN.**
Wo bin ich
richtig?