SPRECHSTUNDE NATURHEILKUNDE

SERIE

Produktiver Husten

Produktiver Husten kann mit pflanzlichen Hustenmitteln sehr gut therapiert werden. Daneben sollten Allgemeinmaßnahmen wie das Trinken von mindestens 2 l/Tag, viel frische Luft sowie das Meiden von Unterkühlung und inhalativen Noxen nicht vernachlässigt werden.

© aceshot/fotolia.com

— Pflanzliche Hustenmittel wirken als Expektoranzien, die den Bronchialschleim verflüssigen (Mukolytika), die Produktion dünnflüssigen Schleims fördern (Sekretolytika) und den Abtransport zähflüssigen Schleims anregen (Sekretomotorika). Sie sollten nicht gleichzeitig mit Antitussiva verabreicht werden.

Als Darreichungsformen eignen sich (mit Honig) gesüßte Tees und Hustentropfen. Für Kinder werden Hustentropfen und Frischpflanzensäfte empfohlen.

Pflanzliche Expektoranzien

Als Expektoranzien wirken Heilpflanzen, die ätherische Öle oder Saponine enthalten. Ätherischölhaltig sind z. B. Anisöl, Campher, Eukalyptusblätter und -öl, Fenchelfrüchte und -öl, Fichten- und Kiefernadelöl, Minzöl, Pfefferminzöl und Thymiankraut. Ätherische Öle können äußerlich über Inhalationen, innerlich als Tropfen, Sirup oder als Weichgelatinekapseln angewendet werden.

Saponine sind z. B. in Efeublättern, Primelwurzeln, Schlüsselblumenblüten und Süßholzwurzel enthalten. Sie werden nur innerlich angewendet. Zur Wirkungsverstärkung können sie mit pflanzlichen Antiphlogistika, z. B. Efeublättern, Isländischem Moos, Spitzwegewichkraut und Süßholzwurzel kombiniert werden. Arzneipflanzen mit bakteriostatischer Wirkung können die Gefahr einer Superinfektion vermindern: z. B. Efeublätter, Kapuzinerkressekraut, Thymiankraut und Pelargonienwurzel-extrakt.

Einzelstoffe und Kombinationen

Fertigarzneimittel mit Einzelstoffen zur inneren Anwendung sind z. B. Prospan® Hustensaft, Aspecton® DS Hustentropfen oder Bronchicum® Pastillen.

Kombinationsarzneimittel sind z. B. Bronchipret® Tropfen (Efeublätter, Primelwurzel, Thymiankraut), Bronchicum® Elixier (Primelwurzel, Thymianfluidextrakt), Bronchipret® Filmtabletten (Primelwurzel, Thymiankraut), Sinupret® forte Dragees (Primel-, Enzianwurzel, Holunderblüten, Ampfer-, Eisenkraut), Umckaloabo® Filmtabletten (Pelargonienwurzelextrakt), GeloMyrtol® magensaftresistente Weichkapseln (Myrtol).

Kombinationsarzneimittel zur äußerlichen Anwendung sind z. B. Bronchoforton® Salbe (Eukalyptus-, Kiefernadel-, Fichtennadel-, Thymianöl), Pimenthol® Erkältungssalbe (Eukalyptusöl, Kiefernadelöl, Levomenthol) oder Tumarol® Creme (Eukalyptusöl, Campher, Levomenthol).

Kontraindikationen und Nebenwirkungen

Kontraindikationen sind bekannte Allergien auf die Inhaltsstoffe. Ätherische Öle dürfen bei Kindern unter zwei Jahren nicht in Gesichtsnähe angewendet werden, da Glottiskrämpfe beschrieben wurden (Kratschmer-Reflex).

Eukalyptusöl sollte innerlich bei entzündlichen Erkrankungen im Magen-Darmtrakt und der Gallenwege sowie bei schweren Lebererkrankungen nicht angewendet werden. Kontraindikati-

onen für Minz- und Pfefferminzöl sind Erkrankungen der Gallenwege und schwere Lebererkrankungen. Bei gastro-intestinalen Ulzera und entzündlichen Nierenerkrankungen sind Brunnen- und Kapuzinerkressekraut sowie Meerrettichwurzel, bei Asthma bronchiale und Keuchhusten Fichten- und Kiefernadelöl kontraindiziert. Süßholzwurzel darf nicht bei cholestatischen Lebererkrankungen, Leberzirrhose, Hypertonie, Hypokaliämie, schwerer Niereninsuffizienz und Schwangerschaft eingenommen werden. Pelargonienwurzelextrakt ist bei Schwangerschaft, Stillzeit, erhöhter Blutungsneigung und schweren Leber- und Nierenerkrankungen kontraindiziert. Brunnen- und Kapuzinerkressekraut sollten bei Kindern unter vier Jahren nicht angewendet werden, Salbeiöl nicht bei Schwangerschaft. Campher darf nicht bei geschädigter Haut angewendet werden.

Nebenwirkungen ätherischer Öle sind allergische Erscheinungen. Eukalyptusöl führt in seltenen Fällen zu Übelkeit, Erbrechen und Diarrhö, Brunnen- und Kapuzinerkressekraut sowie Meerrettichwurzel selten zu Magen-Darm-Beschwerden. Pfefferminzöl, Primelwurzel und Schlüsselblumenblüten verursachen gelegentlich Magenbeschwerden, bei längerer Anwendung von Süßholzwurzel können sich mineralokortikoide Wirkungen ergeben. Campher kann Kontaktekzeme, Fichten- und Kiefernadelöl Reizerscheinungen an Haut und Schleimhäuten auslösen. **Prof. Dr. med. Karin Kraft, Rostock ■**