

Husten und Erkältungen bei Kindern: Medikamente oder Hausmittel?

Freiverkäufliche Husten- und Erkältungsmedikamente können Kleinkindern ernsthaften Schaden zufügen. Die Risiken bei der Einnahme dieser Arzneimittel sind größer als die mögliche Hilfe bei der Linderung der Erkältungssymptome. Unter 4 Jahren: Freiverkäufliche Husten- und Erkältungsmedikamente werden für Säuglinge und Kleinkinder nicht empfohlen. Im Alter von 4 bis 6 Jahren: Hustenmittel sollten nur auf Empfehlung des Arztes Ihres Kindes eingenommen werden. Ab 6 Jahren: Hustenmedikamente sind sicher in der Anwendung. Achten Sie nur darauf, die Anweisungen auf der Packung zu befolgen, die die richtige Menge an Medikamenten angeben. Glücklicherweise können Sie Husten und Erkältungen bei Kleinkindern auch ohne diese Husten- und Erkältungsmedikamente …



Kinderhusten

Freiverkäufliche Husten- und Erkältungsmedikamente können Kleinkindern ernsthaften Schaden zufügen. Die Risiken bei der Einnahme dieser Arzneimittel sind größer als die mögliche Hilfe bei der Linderung der Erkältungssymptome.

- **Unter 4 Jahren:** Freiverkäufliche Husten- und Erkältungsmedikamente werden für Säuglinge und Kleinkinder nicht empfohlen.
- **Im Alter von 4 bis 6 Jahren:** Hustenmittel sollten nur auf Empfehlung des Arztes Ihres Kindes eingenommen werden.
- **Ab 6 Jahren:** Hustenmedikamente sind sicher in der Anwendung. Achten Sie nur darauf, die Anweisungen auf der Packung zu befolgen, die die richtige Menge an Medikamenten angeben.

Glücklicherweise können Sie Husten und Erkältungen bei Kleinkindern auch ohne diese Husten- und Erkältungsmedikamente leicht behandeln.

Hausmittel gegen Erkältungssymptome

Ein gutes Hausmittel ist sicher, kostet nicht viel und kann Ihrem Kind helfen, sich besser zu fühlen. Außerdem sind sie in fast jedem Haushalt zu finden.

Bei einer laufenden Nase:

Saugen Sie (z. B. mit einer Zwiebelspritze), um die Flüssigkeit aus der Nase Ihres Kindes zu ziehen, oder bitten Sie Ihr Kind, sich die Nase zu putzen. Wenn die Nase Ihres Kindes wie ein Wasserhahn läuft, wird es die Viren los. Sehen Sie sich das Video Gründe, warum Ihr Kind eine laufende Nase hat an.

Bei einer verstopften Nase:

Für Kinder im Alter von 3 Monaten bis 1 Jahr: Säuglinge mit einer Erkältung nehmen möglicherweise langsamer Nahrung

auf oder haben keine Lust zu essen, weil sie Schwierigkeiten beim Atmen haben. Versuchen Sie, die Nase des Kindes abzusaugen, bevor Sie versuchen, es zu stillen oder mit der Flasche zu füttern.

Das Stillen wird für erkältete Säuglinge weiterhin empfohlen. Wenn es für Ihr Baby schwierig ist, an der Brust zu trinken, kann das Abpumpen der Muttermilch in einen Becher oder eine Flasche eine Alternative sein.

Verwenden Sie Salzwasser (Kochsalzlösung) als Nasenspray oder -tropfen, um den getrockneten Schleim zu lösen. Dann können Sie Ihr Kind bitten, sich die Nase zu putzen oder die Flüssigkeit mit einer Kübelspritze aus der Nase zu saugen. Wenn Sie kein Nasenspray oder keine Tropfen zur Hand haben, reicht auch warmes Wasser aus.

Geben Sie 2 bis 3 Tropfen in jede Nasenöffnung. Tun Sie dies jeweils auf einer Seite. Dann saugen Sie die Flüssigkeit ab oder lassen Sie Ihr Kind sich die Nase putzen.

Sie können kochsalzhaltige Nasentropfen und -sprays rezeptfrei in der Apotheke kaufen oder eine eigene Kochsalzlösung herstellen.

Führen Sie Nasenspülungen immer dann durch, wenn Ihr Kind nicht durch die Nase atmen kann. Bei Säuglingen, die mit der Flasche gefüttert oder gestillt werden, verwenden Sie vor dem Füttern Nasentropfen. Teenager können sich einfach warmes Wasser in die Nase spritzen. Führen Sie die Nasenspülungen so lange durch, bis der Nasenausfluss frei ist.

So stellen Sie Ihre eigene salzhaltige Nasenspülung her:

Geben Sie $\frac{1}{2}$ Teelöffel nicht jodiertes Salz und $\frac{1}{4}$ Teelöffel Backpulver in 1 Tasse warmes Wasser. Rühren Sie um, um das Salz und das Backpulver aufzulösen. Für Nasenspülungen sollten Sie steriles, destilliertes oder zuvor abgekochtes Wasser verwenden.

Bei zähem, hartnäckigem Schleim:

Verwenden Sie ein feuchtes Wattestäbchen, um zähen Schleim in der Nase zu entfernen.

Bei Husten:

Geben Sie Säuglingen **unter 1 Jahr** keinen Honig; er hilft nicht gegen die Symptome und kann eine Krankheit namens Säuglingsbotulismus verursachen.

Für Kinder ab 1 Jahr: Erwägen Sie die Verwendung von Honig, 2 bis 5 ml, je nach Bedarf. Der Honig verdünnt den Schleim und lockert den Husten. (Wenn Sie keinen Honig haben, können Sie es mit Maissirup versuchen.) Untersuchungen haben gezeigt, dass Honig die Häufigkeit des Hustens und die Stärke des Hustens in der Nacht besser reduziert als Hustensäfte aus dem Laden.

Für Kinder ab 2 Jahren: Sie können eine dicke Schicht eines mentholhaltigen Reibemittels auf die Haut über Brust und Hals (über dem Rachen) auftragen. Wie bei allen Arzneimitteln sollten Sie die Gebrauchsanweisung genau befolgen und das Mittel nach der Anwendung außerhalb der Reichweite Ihres Kindes aufbewahren.

Weitere Möglichkeiten zur Linderung der Erkältungssymptome Ihres Kindes

Bieten Sie viel Flüssigkeit an

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind ausreichend Flüssigkeit zu sich nimmt. Wenn genügend Wasser im Körper vorhanden ist, wird der Schleim, den der Körper produziert, dünner, was das Husten und Schnäuzen erleichtert. Siehe Anzeichen für Dehydrierung bei Säuglingen und Kindern.

Luftfeuchtigkeit

Wenn die Luft in Ihrer Wohnung trocken ist, sollten Sie einen Luftbefeuchter verwenden. Feuchte Luft verhindert, dass der Schleim in der Nase austrocknet, und macht die Atemwege weniger trocken. Eine warme Dusche kann ebenfalls dazu beitragen, dass die Luft weniger trocken ist. Manchmal kann es für Ihr Kind hilfreich sein, im Badezimmer zu sitzen und den warmen Nebel der Dusche einzuatmen.

Eine Behandlung ist nicht immer erforderlich

Wenn die Erkältungssymptome Ihr Kind nicht stören, braucht es wahrscheinlich keine Medikamente oder Hausmittel. Viele Kinder mit Husten oder einer verstopften Nase sind fröhlich, spielen normal und schlafen gut.

Behandeln Sie die Symptome nur, wenn Ihr Kind sich unwohl fühlt, Schlafstörungen hat oder der Husten wirklich lästig ist (z. B. bei einem Reizhusten).

Da Fieber dem Körper Ihres Kindes hilft, Infektionen zu bekämpfen, sollten Sie Fieber nur dann behandeln, wenn es Ihr Kind verlangsamt oder ihm Unwohlsein bereitet. Dies ist in der Regel erst der Fall, wenn die Temperatur Ihres Kindes 39°C oder mehr erreicht. Bei Bedarf können Paracetamol oder Ibuprofen sicher zur Behandlung von Fieber oder Schmerzen eingesetzt werden.

Sprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt oder Ihrer Kinderärztin, wenn Sie sich Sorgen über die Husten- und Erkältungssymptome Ihres Kindes machen.

Bevor Sie die Hausmittel nutzen

Unsere Artikel sind zwar immer gut recherchiert und medizinisch geprüft, jedoch können wir nicht voraussagen, welche Allergien, Medikamente und Nebenwirkungen bei Kombination mit verschiedenen Mitteln auftreten können. Deswegen sollten Sie

immer alle Artikel zu Hausmittel mit Vorsicht genießen. Wir haben in jedem Artikel auch entsprechende Warnhinweise angebracht, sodass Sie sich auch gut informieren können.

Vertrauen in das Hausmittel, tatsächlich wirkt, oder eben nicht. Zum Beispiel gibt es unzählige Studien, die belegen, dass die verabreichten Mittel eine höhere oder niedrigere Wirkungsweise hatten, je nachdem, wie die Einstellung des Patienten zur Wirksamkeit eingestellt war.

Welche Hausmittel wirken wirklich?

Um das herauszufinden benutzen Sie am Besten unsere intelligente Suchfunktion, oder stöbern durch die Kategorien. Wir haben unsere Überschriften stets so gewählt, dass Sie von vornherein erkennen, ob es ein Artikel zur Wirksamkeit, oder ein aufklärerischer Artikel gegen die Wirksamkeit des Hausmittels ist. Da wir ständig neue und aktualisierte Artikel herausbringen, können wir die Anzahl der Hausmittel nicht exakt festlegen, da wir sonst jeden Beitrag erneut überarbeiten müssten. Deswegen nahmen wir die 10 als eine schöne Summe. Manchmal gibt es nur 4 oder 5 Hilfsmittel und manchmal 20.

Omas Tipps als Hausmittel

Hören Sie auf Ihre Oma. In über 80% der Studien konnten „Omas Tipps“ tatsächlich als wirksam nachgewiesen werden. Ihr erster Anlaufpunkt sollte also entweder die Oma, oder Ihre Erinnerung an Ihre Worte sein, was das Thema Hausmittel betrifft.

Hausmittel und teure Produkte

Fallen Sie nicht auf überschwengliche Werbung herein. Es gibt einen einfachen, aber effektiven Weg, um herauszufinden, ob ein Hausmittel

Folgende Artikel können

Folgende Artikel können Ihnen ebenfalls weiterhelfen, da sie das gleiche Thema aus einem anderen Licht betrachten:

Themenverwandte Artikel:

[fu_postlist search='stuff' maxposts=10 search="Erkältung"]

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki