

Husten und Asthma bei Kindern

Hilfe aus der Naturheilkunde

Husten ist an sich eine gute Sache. Befördert er doch den mit Krankheitserregern beladenen Schleim nach draußen. Die Bronchien befreien sich dadurch von ihrer gefährlichen Last. Deswegen macht es meist wenig Sinn die Säuberungsaktion durch hustendämpfende Mittel - wie z.B. Kodeinhaltige Säfte- zu unterdrücken. Doch was tun, wenn ein Kind mit dem Husten aus eigener Kraft nicht mehr fertig wird?

Antibiotikum schwächt Immunsystem

Viele Eltern wissen heute, dass Antibiotika die Symptome einer Bronchitis zwar schnell verschwinden lassen, aber gleichzeitig das kindliche Immunsystem noch weiter schwächen.

Die gesunden und lebenswichtigen Bakterien im Darm (Darmflora) werden durch ein Antibiotikum genauso angegriffen wie die Erreger, die den Husten verursachen. Und gerade weil 80% des Immunsystems sich direkt an der Darmschleimhaut befindet, geht der Schuss mit einem Antibiotikum, langfristig gesehen, oft nach hinten los.

Ein immer wiederkehrender Husten sollte unbedingt mit natürlichen Mitteln behandelt werden, weil die Gefahr besteht, dass sich Asthma daraus entwickelt. Das heißt, dass sich die Bronchien verengen und das Kind schlechter Luft bekommt.

Aus Sicht der Naturheilkunde hat der Darm neben der Verdauungsfunktion und der Stärkung des Immunsystems eine wichtige Ausscheidungsfunktion. Er befreit den Körper von Schlacken und Schadstoffen. Ist die Darmschleimhaut bei ihrer Entgiftungsfunktion überfordert, z.B. weil das Kind ungesund ernährt wird, übernimmt die Bronchialschleimhaut diese Aufgabe. Der Körper nutzt den Husten dann sozusagen als zusätzliches Entgiftungsventil.

Gesundes Essen und warme Füße

Wie so oft ist also eine gesunde Ernährung der Schlüssel zur Genesung. Kuhmilch und Zucker sollte man meiden und stattdessen eine basische Kost bevorzugen (Obst, Gemüse...). Limo, Eis und andere süße Leckereien sind also nichts für Schnupfnasen und Co. Versuchen Sie den Alltag Ihrer Kleinen mit viel Zeit und Zuwendung zu ver-süßen. Das wichtigste bei allen erkälteten und asthmatischen Kindern ist es, auf warme Füße zu achten! Bei kalten Füßen empfehle ich meinen Patienten das heiße, ansteigende Fußbad (,in der letzten Ausgabe beschrieben). Zigarettenrauch, trockene Heizungsluft und wenig Bewegung schaden den Bronchien.

Kartoffelwickel

Der Kartoffelwickel ist ein altes Hausmittel und hat sich bei meiner Tochter und bei den kleinen Patienten mit hartnäckigem Husten schon wunderbar bewährt. Der Brustwickel wirkt durchblutungsfördernd und sekretlösend, dadurch lindert er den Hustenreiz. Am besten führen Sie ihn abends durch. Vier bis sechs Kartoffeln werden, gleich nach dem Kochen, auf ein Leinentuch gegeben und seine Ränder von allen Seiten darrübergelegt. Dann zerdrücken Sie mit der Faust die Kartoffeln und verschließen die nun flache Kompresse mit Klebeband. Sobald die Kartoffeln nicht mehr zu heiß sind -acht bis zehn Minuten nach dem Wegnehmen von der Platte- prüfen Sie eine Minute lang den Wärmegrad des Kartoffelpäckchens an Ihrem Handrücken. Wenn die Wärme gerade ertragen wird, legen Sie die Kompresse auf die Brust des Kindes und umwickeln sie möglichst eng und überlappend mit dem Wolltuch. Damit die Wärme sich lange hält, darf der Wickel nicht zu locker sein. Bei Kleinkindern muss der Wickel mit äußerster Vorsicht angelegt werden, Verbrennungsgefahr! Man lässt den Wickel wirken, solange er als schön warm empfunden wird oder über Nacht. Den Wickel täglich durchführen, bis der Husten verschwunden ist, was meistens schnell der Fall ist. Anfangs kommt den Eltern die Prozedur mit dem Wickel umständlich vor, beim zweiten mal geht's jedoch schon schneller. Manchen Kindern muss der Wickel erst "schmackhaft" gemacht werden. Legen sie ihn als Spiel erst der Puppe oder dem Teddybären an. Wird die Wärme vom Kind schlecht vertragen kommen z.B. auch der Quarkwickel oder der Zitronenwickel in Frage.

Teemischung

Zusätzlich lasse ich beispielsweise folgende Teemischung trinken: Huflattichblätter, Spitzwegerichblätter, Thymiankraut und Fenchel Früchte zu gleichen Teilen.

Gerade bei Kleinkindern muss Husten immer ernst genommen werden, da er schneller zu einer Lungenentzündung führen kann als bei älteren Kindern.

Ein kindliches Asthma, das durch Infekte oder Husten entstanden ist lässt sich unserer Erfahrung nach gut homöopathisch behandeln, je früher um so besser. Nun wünsche ich Ihnen viel Erfolg beim Ausprobieren des Wickels!