

Ständig Husten?

Wird schon nicht so schlimm sein.....

Lungenärzte warnen: Asthma wird oft übersehen

Das bisschen Atemnot beim Treppensteigen, der ständige Husten - das wird schon wieder vorbeigehen. Wer so denkt, setzt seine Gesundheit und Lebensqualität leichtfertig aufs Spiel. Die ersten Anzeichen für ein Asthma bronchiale müssen unbedingt ernst genommen werden.

Asthma nimmt immer mehr zu

Die Zahl der Asthma-Erkrankten nimmt in Deutschland ungehemmt zu. Besonders bei Kindern und Jugendlichen ist die Zahl der Allergie- und Asthmafälle dramatisch gestiegen. Eine aktuelle Studie der Universität Münster belegt: Die Zahl der Asthmafälle hat um 3,4 Prozent zugenommen. Die Ursachen sind nicht definitiv geklärt. Sicher scheint jedoch, dass die zunehmende Belastung durch allergieauslösende Stoffe und Umweltschadstoffe, vor allem Zigarettenrauch, eine Rolle spielt.

Asthma wird oft übersehen - Frühe Diagnose wichtig

Asthma ist kein unumgängliches Schicksal. Bei einer frühen Diagnose und der richtigen Behandlung kann die Entwicklung der Krankheit aufgehalten und vermieden werden. Hier schlagen die Lungenärzte Alarm, denn Asthma wird oft übersehen: 80% der Erwachsenen mit einer Überempfindlichkeit der Atemwege in Verbindung mit Asthmasymptomen sind nicht als Asthmatiker diagnostiziert!* Dabei ist die frühzeitige Diagnose sehr wichtig. Denn in der Anfangsphase ist Asthma mit der richtigen Behandlung noch reversibel.

Speziell Heuschnupfenpatienten sollten aufmerksam sein, denn die Gefahr ein Asthma zu entwickeln ist bei Ihnen höher als bei Nicht-Allergikern. Fachleute sprechen hier von „Etagenwechsel“. Die allergische Reaktion der oberen Atemwege „wandert“ im Laufe der Zeit in die Lunge. So wird aus Heuschnupfen allergisches Asthma, welches sich dann weiter verschlimmern kann.

Anzeichen: Bronchiale Hyperreagibilität

Ein wichtiges Indiz für ein mögliches Asthma ist die so genannte Bronchiale Hyperreagibilität (BHR) - eine überempfindliche Reaktion der Bronchien auf bestimmte Reize, wie kalte Luft, Zigarettenrauch oder Allergene. Durch einen inhalativen Provokationstest kann der Lungenfacharzt die Empfindlichkeit der bronchialen Schleimhaut messen. Eine BHR ist Anzeichen für eine vorliegende Entzündung der Bronchien, die zu einer dauerhaften Schädigung und somit zu chronischem Asthma führen kann. Daher kann eine BHR, die nicht Folge eines Virusinfektes ist, eine Vorstufe von Asthma sein. Ein Lungenfunktionstest gibt dann weitere Hinweise, ob eine Erkrankung vorliegt.

Eine frühzeitige Behandlung mit entzündungshemmenden, niedrig dosierten inhalativen Steroiden schützt vor der Verschlimmerung eines leichten Asthmas.

Liegt dem Asthma eine Allergie zugrunde, ist die Hyposensibilisierung eine Behandlungsoption. Sie bekämpft die Ursache des allergischen Asthmas und schützt damit auch vor dem Fortschreiten der Erkrankung.

Eine frühzeitige Behandlung mit entzündungshemmenden, niedrig dosierten inhalativen Steroiden vermindert die bronchiale Hyperreagibilität und vermeidet das Auftreten asthmatischer Beschwerden.

Alarmsignale beachten

Wer an sich selbst eins der folgenden Symptome bemerkt, sollte unbedingt einen Lungenfacharzt (Pneumologen) aufsuchen: Nächtliche Brustenge, pfeifende oder rasselnde Atmung, nächtlicher Husten,

nächtliche Atemnot, chronischer Husten und Hustenreiz bei tiefer Einatmung.

Einen Lungenfacharzt in Ihrer Nähe finden Sie unter:
www.pneumologenverband.de

* Quelle: mod. nach Gesundheitsberichterstattung des Bundes, 1998, S.230

Ansprechpartnerin: Johanna Rink
Tel: 0221-1305060

Beleg erbeten. Danke.

Ist Husten gesund?

Lungenfachärzte raten: Immer die Ursache abklären

Man kann ihn nicht unterdrücken. Manchmal ist er trocken und schmerzhaft, manchmal lösend: Husten.

Husten ist ein wichtiger Schutzreflex und Alarmsignal des Körpers. Er schützt vor Fremdkörpern und hält die Atemwege sauber.

Husten kann ganz unterschiedliche Ursachen haben. Das Einatmen von Staub und Rauch, das versehentliche Verschlucken eines Bissens in die Luft- anstatt in die Speiseröhre, Sodbrennen, Krankheitserreger, Asthma, Allergien aber auch bestimmte Medikamente können Husten auslösen.

Husten: Erkältungssymptom

Häufig geht Husten mit Erkältungen einher. Hauptursache hierfür sind Viren. Durch ein geschwächtes Immunsystem können mit der Luft eingeatmete Krankheitserreger bis in die Bronchien eindringen, hier die gesunden Zellen befallen und sich vermehren. Die Bronchien reagieren darauf mit einer übermäßigen Produktion von zähem Schleim. Dieser verklebt jedoch die Flimmerhärchen und blockiert ihre Funktion. Ein Abtransport kann nicht mehr stattfinden. Der Schleim setzt sich fest. Der Hustenreflex wird aktiviert. Mit dem Husten wird der Schleim explosionsartig – Husten erreicht mitunter eine Geschwindigkeit von 1.000 Stundenkilometern - gelöst und aus dem Körper befördert.

Häufigster Hustengrund: „postnasal drip“

Eine der häufigsten Ursachen für chronischen Husten liegt aber gar nicht in der Lunge, sondern in der Nase! Eine entzündete Nasenschleimhaut produziert viel Schleim, der ständig den Rachen hinunterläuft. Dies führt häufig zu einem Räusperzwang, der auf Dauer in einen Hustenreiz übergeht.

Husten muss behandelt werden

Husten ist ein Schutzreflex und Warnsignal des Körpers und sollte nicht unterdrückt werden. Eine frühzeitige Behandlung ist wichtig, denn jeder Hustenanfall stresst und schwächt den Körper zusätzlich.

Hält der Husten länger als 8 Wochen an, spricht man von chronischem Husten. Spätestens jetzt sollte unbedingt die Ursache des Hustens gefunden werden. Denn aus einem anfänglich unkomplizierten Erkältungshusten kann schnell eine chronische Bronchitis werden. Auch Asthma äußert sich zu Beginn mit „normalem“ Husten.

Lungenfachärzte (Pneumologen) sind auf die Behandlung spezialisiert und können durch gezielte Untersuchungen eine gute Diagnose stellen.

Einen Lungenfacharzt in Ihrer Nähe finden Sie unter:
www.pneumologenverband.de

Weitere Infos finden Sie unter:

www.lungenaerzteimnetz.de

Ansprechpartnerin: Johanna Rink
Tel: 0221-13056060
Beleg erbeten!

Woher kommt der Husten?

Husten hat verschiedene Ursachen

Husten ist ein Zeichen kranker Atemwege und das gemeinsame Symptom vieler Erkrankungen.

- **Husten vom sauren Magen**
Die zweithäufigste Ursache von chronischem Husten ist Sodbrennen. Der obere Magenausgang schließt nicht richtig. Magensäure kann in der Speiseröhre aufsteigen und reizt den Kehlkopf, vor allem am Morgen.
- **Husten durch Umweltfaktoren**
Die Schleimhäute der Atemwege können durch die Luft, die wir atmen gereizt werden und sich entzünden. Zigarettenrauch, Staubbelastung der Großstadtluft, Stickoxide und Ozon belasten die Atemwege und können Husten auslösen.
- **Husten durch Allergien**
Oft wird saisonaler Husten durch Pollenallergien ausgelöst (z.B. Birkenpollen). Die sehr kleinen Pollen-Partikel gelangen bis in die tiefsten Atemwege. Es besteht eine charakteristische Verbindung zur Rhinokonjunktivitis. Durch Allergien ausgelöster Husten kann mit der Inhalation von Entzündungshemmern (inhalative Kortikosteroide) behandelt werden. Als ursächliche Behandlung eignet sich zudem die spezifische Immuntherapie – SIT (Hyposensibilisierung).
- **Husten wegen entzündeter Nasenschleimhaut**
Hierbei handelt es sich um die häufigste Ursache von chronischem Husten. Durch eine entzündete Nasenschleimhaut wird viel Schleim gebildet, der den Rachen hinunterläuft und Husten auslöst.
- **Husten aus der Pillenschachtel**
Bestimmte Medikamente lösen als Nebenwirkung Husten aus: ACE Hemmer, Beta-Blocker usw.

- **Husten vom kranken Herzen**
Ein schwaches Herz hat nicht mehr genügend Kraft, um das Blut aus dem Lungenkreislauf weiter zu pumpen. Es staut sich im Lungenkreislauf, was zu Husten führt.
- **Husten durch entzündete Bronchien**
Häufige Ursache des akuten Hustens sind entzündete Bronchien. Meist sind virale Infektionen der Auslöser. Mit Abklingen des Infekts verschwindet auch der Husten.
- **Husten durch überempfindliche Schleimhäute**
Bei manchen Menschen reagieren die Schleimhäute krankhaft überempfindlich. (z. B. bei allergischem oder chronischem Asthma). Die Reize führen zu einer Verengung der Atemwege, was Atemnot und Hustenanfälle auslösen kann.

Nicht immer liegt bei chronischem Husten nur eine Ursache vor. Bei 48 Probanden einer Untersuchung mit insgesamt 78 Patienten hatte der Husten mehrere Ursachen. Häufig wird dies nicht erkannt. Daher ist es besonders wichtig, rechtzeitig – spätestens nach 8 Wochen Husten – einen Arzt, am besten einen Lungenspezialisten (Pneumologen), aufzusuchen.

Lungenspezialist ist spezialisiert

Durch einen inhalativen Provokationstest kann der Lungenspezialist die Empfindlichkeit der bronchialen Schleimhaut messen. Eine Überempfindlichkeit ist ein Anzeichen für eine vorliegende Entzündung der Bronchien, die zu einer dauerhaften Schädigung und somit chronischem Asthma führen kann. Ein Lungenspezialisttest gibt dann weitere Hinweise, ob eine Erkrankung vorliegt.

Spezielle Diagnoseverfahren, z. B. Röntgen der Lunge, Funktionsdiagnostik eine Bronchoskopie oder ein Provokationstest, stehen dem Lungenspezialisten für eine gesicherte Diagnose zur Verfügung.

Einen Lungenspezialisten in Ihrer Nähe finden Sie unter: www.pneumologenverband.de

Weitere Infos finden Sie unter: www.lungenaerzteimnetz.de

Ansprechpartnerin: Johanna Rink
Tel: 0221-13056060
Beleg erbeten!

„postnasal drip“

Entzündete Nasenschleimhaut löst Husten aus

Erst hat man Schluckbeschwerden, gefolgt von Schnupfen und plötzlich muss man husten. Um die Bronchien zu schützen und beim Abhusten zu unterstützen, greift man schnell zu einem Hustenmittel. Doch nicht immer bringt dies die erhoffte Erleichterung.

Die Nase ist schuld....

Denn die häufigste Ursache für Husten – auch für chronischen Husten – ist der so genannte „postnasal drip“. Nicht die Schleimhäute der Bronchien sind entzündet und lösen den Husten aus, sondern die der Nase! Entzündete Schleimhäute der Nasenhaupthöhlen sowie der Nasennebenhöhlen produzieren viel Schleim. Der läuft, der Schwerkraft folgend, ständig den Rachen hinunter. Dies führt zu einem Räusperzwang, der auf Dauer in einen Hustenreiz übergeht.

Nach 8 Wochen Husten zum Arzt

Wenn Husten länger als 8 Wochen bleibt, sollte jedoch immer ein Arzt aufgesucht werden. Lungenfachärzte (Pneumologen) sind auf die Behandlung und Diagnose spezialisiert und können durch gezielte Untersuchungen die Hustenursache schnell erkennen. Denn nicht immer ist eine eher harmlose Entzündung der Nasenschleimhaut für den Husten verantwortlich. Eine chronische Bronchitis, Asthma, Allergien, ein krankes Herz oder eine Lungenentzündung können sich hinter dem Husten verbergen. Oft liegen sogar mehrere Ursachen vor.

Einen Lungenfacharzt in Ihrer Nähe finden Sie unter:
www.pneumologenverband.de

Weitere Infos finden Sie unter:
www.lungenaerzteimnetz.de

Ansprechpartnerin: Johanna Rink
Tel: 0221-13056060
Beleg erbeten!