

## **Der Knirps ist verschnupft**

### **Das muss in die Hausapotheke für erkältete Kinder**

Stuttgart, den 16. November 2021 – Gerade Kinder haben es in der Erkältungszeit schwer. Ihr Immunsystem ist noch nicht voll ausgebildet und kann deshalb Viren und Bakterien noch nicht gut abwehren. Gleichzeitig sind Kinder beim Spielen oder in der Schule häufig in engem Kontakt zu Gleichaltrigen und können sich dort gegenseitig leicht anstecken. So kommen sie in der Winterzeit oft von einer Erkältung in die nächste. Husten, Halsschmerzen, Schnupfen aber auch Ohrschmerzen prägen dann den Krankheitsverlauf. Was Eltern für die Erkältungssaison in der Hausapotheke parat haben sollten, erklärt der Landesapothekerverband Baden-Württemberg (LAV).

„Bei den ersten Anzeichen einer Erkältung kann man mit Thymiantee noch viel erreichen. Deshalb sollte dieser immer bereit stehen. Wenn es dann schlimmer werden sollte, empfehle ich Hustensaft mit Thymian oder Efeu. Die Heilpflanzen können schleimlösend, entkrampfend oder teilweise auch antibakteriell wirken. Dazu kann ein kindgerechtes Nasenspray hilfreich sein. Dies lässt die Kinder besser atmen und damit leichter schlafen“, erklärt Friederike Habighorst-Klemm, Mitglied im Vorstand des Landesapothekerverbandes Baden-Württemberg. Auch ein Erkältungsbalsam für Kinder auf Brust und Rücken aufgetragen kann Krankheitssymptome lindern. Hier sei es wichtig, auf die Inhaltsstoffe zu achten, zeigt Friederike Habighorst-Klemm auf. „Kampfer und Menthol sind für Kinder unter zwei Jahren nicht geeignet, sondern können sogar schaden.“

Oftmals entwickeln erkältete Kinder auch Ohrenschmerzen, da die Krankheitserreger auf das Ohr übergreifen können. „Der Grund ist, dass die Ohrtrompete, also die Verbindung zwischen Mittelohr und Rachenraum, noch sehr kurz ist. Entzündungskeime dringen so schneller vom Rachen zum Ohr vor. Von außen schützt als Barriere das Trommelfell vor infektiösen Einflüssen“, klärt die Apothekerin auf.

Werden Ohrenscherzen auch von Fieber begleitet, kann eine Mittelohrentzündung vorliegen. „Dies sollte dann vom Kinderarzt abgeklärt werden. Der entscheidet dann auch, ob ein Antibiotikum verordnet werden muss. In der Regel versucht man heute aber, Schmerzen und Fieber symptomatisch mit einem Saft oder Zäpfchen zu behandeln“, so Habighorst-Klemm weiter. Unterstützend könnten ein abschwellendes Nasenspray oder bei kleinen Kindern niedriger dosierte Nasentropfen aus der Hausapotheke dafür sorgen, dass das Sekret im Ohr ablaufen kann und damit der Druck nachlässt.

## Info:

**Zu diesem Thema bieten wir Ihnen ein [Video](#) an. Es ist auf [www.apotheker.de](http://www.apotheker.de) im Pressebereich abgelegt.**

Der Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. setzt sich für die unabhängige Beratung von Patienten, Gesundheitsprävention und die sichere Abgabe von Arzneimitteln ein. In Baden-Württemberg gibt es rund 2.400 öffentliche Apotheken. Der Verband vertritt die wirtschaftlichen und politischen Interessen seiner Mitglieder. Um das Wohl der Patienten kümmern sich im Land neben den approbierten Apothekerinnen und Apothekern auch rund 15.000 Fachangestellte, überwiegend Frauen, in Voll- oder Teilzeit. Der Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. ist zertifiziert nach DIN EN ISO 9001:2015.

Ihre Interviewwünsche und Rückfragen richten Sie bitte an:  
Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V.  
Frank Eickmann  
T.: 0711 22334-77, F.: -99  
<mailto:presse@apotheker.de>

Weitere Informationen unter [www.apotheker.de](http://www.apotheker.de)  
Jetzt Fan werden: Landesapothekerverband Baden-Württemberg e. V. auf [www.facebook.de](http://www.facebook.de)