



Husten

Husten ist ein nützlicher Schutzreflex. Es ist oft das am längsten andauernde Symptom einer Luftwegs Infektion.

Massnahmen:

- Bettchen schräg stellen am Kopfende (evtl. Bücher unterlegen)
- Regelmässig schlückchenweise ungesüsster Tee oder Wasser anbieten
- Vor dem Schlafen verschnupfte Nase reinigen mit Kochsalzlösung oder abschwellenden Nasentropfen (für höchstens sieben Tage am Stück)
- Vor dem Schlafen Schlafzimmer lüften und auf genügend feuchte Luft achten (Luftbefeuchter oder grosses feuchtes Frotteetuch aufhängen)
- Aufgeschnittene frische Zwiebel neben das Bett legen
- Bei bellendem Husten: Dampf einatmen lassen indem Sie ins kleinste Badezimmer auf den WC-Deckel sitzen und die Duschbrause heiss laufen lassen, bei geschlossenem Duschvorhang oder atmen Sie mit dem Kind die kühle Luft ein (am Fenster, auf dem Balkon oder mit einem Spaziergang)
- Eukalyptusöl drei Tropfen auf Kopfkissen/Aussenseite des Bettes träufeln

Melden Sie sich bei:

- Atemnot: bei beschleunigter oder angestrenzter, schmerzhafter Atmung (*ohne Fieber!*)
- Bei blauen Lippen/Munddreieck
- Wenn der Husten während mehr als drei Tagen von Fieber, beschleunigter Atmung oder Schmerzen beim Atmen begleitet ist