

Atemwegserkrankungen bei Kindern

Besondere Situation bei unter Dreijährigen

Der kindliche Atemweg ist aus verschiedenen Gründen empfindlicher, als der eines Erwachsenen. Der Kehlkopf ragt wie ein Schnorchel nach oben, damit Kinder gleichzeitig schlucken und atmen können. Dies ändert sich erst, wenn die Kinder sich aufrichten und anfangen, artikulierte Laute zu erzeugen (also mehr als *gegeh* und *babba*). Zudem sind die Luftröhre und die Bronchien sehr klein und zart. Eine Faustregel lautet, dass die Luftröhre etwa denselben Durchmesser hat, wie der kleine Finger desselben Menschen.

Bei einem Infekt kommt es zu einer Verschleimung des Bronchialsystems, denn der Körper versucht, die eingedrungenen Krankheitserreger „festzukleben“, um sie dann mit dem Schleim unter anderem durch Husten hinauszubefördern. Außerdem gibt es eine lokale Entzündungsreaktion. Die damit verbundene stärkere Durchblutung sorgt dafür, dass immunaktive Zellen sich in größerer Zahl und schneller am Ort des Geschehens versammeln können. Mit einer größeren Menge Blut kommt aber auch eine größere Menge „Wasser“ in das Gewebe der Lunge. Dieses Wasser entstammt dem Blutplasma. (Es hat mit Druck zu tun, dass das Wasser jetzt die Blutbahn verlässt.) Im Prinzip ist auch dies eine sinnvolle Reaktion, führt sie doch dazu, dass das umliegende Gewebe aufgelockert wird und wieder die Immunzellen besser überall hinkommen, wo sie gebraucht werden.

Allerdings geht dieser Nutzen einher mit einer Schwellung im Bronchialsystem. Technisch gesehen, handelt es sich um ein Röhrensystem mit einem linearen Durchfluss. Für diese Art von Systemen gilt nun die physikalische Regel: „Durchfluss und Durchmesser sind in 4. Potenz voneinander abhängig.“ Das bedeutet für das Kind, dass eine Verkleinerung des Durchmessers einer Bronchie von 2mm auf ein 1mm (also Halbierung des Durchmessers) zu einer Verringerung des Durchflusses auf ein Sechzehntel des Ausgangswertes führt. ($\frac{1}{2} \times \frac{1}{2} \times \frac{1}{2} \times \frac{1}{2} = \frac{1}{16}$) Dies bedeutet für die Kinder eine massive Einschränkung bei der Atmung. Sie müssen mit viel mehr Muskelkraft atmen, um den erhöhten Widerstand zu überwinden. Muskelarbeit verursacht aber Sauerstoffbedarf. Sauerstoffbedarf erhöht die Atemanstrengung. Die erhöhte Atemanstrengung verursacht mehr Muskelarbeit...

Atemnotzeichen:

- Nasenflügeln (Einatmung mit weit gedehnten Nasenlöchern)
- Einziehungen (Die Haut „verschwindet“ beim Atmen zwischen den Knochen des Brustkorbes)
- Blasse oder marmorierte Haut
- Im schlimmsten Fall: Blaufärbung von Lippe und/oder Fingerspitzen (Zyanose)

(Je nach Zustand können diese Zeichen unterschiedlich ausfallen, im Regelfall treten sie jedoch etwa in der angegebenen Reihenfolge auf.)

Notfallhilfe:

- Das Kind in eine aufrechte Haltung bringen, Babys auf den Arm nehmen.
- Beruhigend wirken. Atemnot ist ein schrecklich stressiger Zustand.
- Kühle, feuchte Luft kann helfen. (Fenster auf / vor den Kühlschrank stellen)
- **Im Zweifelsfall: Notruf 112**
- Den Rücken des Kindes schnell, aber sanft von unten nach oben klopfen.
- Falls vorhanden: Für das Kind verschriebene Notfallmedikamente einsetzen.

Akute Atemnot ist kein Zustand, in dem auf die, meist langsam einsetzende, Wirkung von naturheilkundlichen Präparaten gewartet werden kann!

Jedoch kann eine Eskalation eines Infektes vermieden werden.

Die klassischen Zubereitungen bei Atemwegserkrankungen sind:

- Fenchel: Inhalativ oder als Tee. In stärkerer Zubereitung als Brustwickel. Fenchelöl zum Einreiben. Fenchel entkrampft die Bronchien und erleichtert die Atmung.
- Lindenblütentee: Schweißtreibend, reizmildernd und krampflösend. Duftet wie Honig und wird von Kindern gern angenommen.
- Zwiebelwickel: Für die Brust genauso geeignet wie für die Ohren. Hierfür die Zwiebeln in Scheiben schneiden und leicht anwärmend (Wasserdampf oder Mikrowelle) Temperatur prüfen: Verbrennungsgefahr! In ein Tuch einschlagen und auf der Brust befestigen. Achtung: Erst ab 2 Jahren einsetzen, da die Zwiebeldämpfe etwas reizen können.
- Kartoffelwickel: Gekochte Kartoffeln zerdrücken und in ein Tuch einschlagen. Temperatur prüfen: Verbrennungsgefahr! Die feuchte Wärme hilft, den Schleim flüssig zu halten und erleichtert das Abhusten.
- Ätherische Öle: Grundsätzlich geeignet sind Menthol, Eukalyptus und Campher. Diese sind auch in den meisten Erkältungssalben enthalten. Sie dürfen bei Kindern nicht im Gesicht (Nasenbereich) angewandt werden. Bei Säuglingen unter sechs Monaten auch nicht auf der Brust. Was aber gut funktioniert ist es, das Öl oder die Salbe auf die Fußsohlen aufzutragen und sanft einzumassieren. Die Gefahr einer Atemwegsverkrampfung ist dadurch wesentlich verringert und macht diese schönen Mittel ab dem dritten Monat anwendbar.

Die oben genannten Pflanzen sind im Grundsatz jederzeit anwendbar. Weitere und speziellere Pflanzenanwendungen sollten nach therapeutischer Indikationsstellung erfolgen.