

ATTACKE

in der Nacht

Husten wie **Hundegebell**, dazu **Atemnot und Angst**: Pseudokrupp plagt jedes zehnte Kind im Alter bis sechs Jahre. Die Tochter unserer Autorin gehört dazu. Wie Eltern bei einem Anfall reagieren und wann der Notarzt kommen muss

TEXT: TANJA ECKES

Beim Einschlafen hatte meine Tochter, damals 10 Monate alt, noch recht fidel gewirkt. Sie hatte zwar etwas Schnupfen und einen leichten Husten, doch das stufte ich als wenig dramatisch ein. Bis zu jener Novembarnacht... Meine Kleine weckte mich mit bellendem Husten und schreckgeweiteten Augen. Sie rang nach Luft und klammerte sich an mich. Ich zwang mich zur Ruhe und tat instinktiv das Richtige. Ich packte sie warm ein und ging mit ihr raus auf den Balkon in die **kalte, feuchte Nachtluft**, so wie es meine Mutter hatte. Was uns da aus heiterem Himmel heimgesucht hatte, erfuhr ich erst am nächsten Tag beim Kinderarzt: ein Anfall von Pseudokrupp.

Virenangriff als Auslöser

Etwa jedes zehnte Kind erlebt im Lauf der ersten Lebensjahre mindestens eine Attacke dieser Atemwegserkrankung, Jungen etwas häufiger

als Mädchen. Der Altersgipfel liegt bei zwei Jahren, während die Erkrankung vor dem sechsten Lebensmonat und nach dem sechsten Lebensjahr praktisch nicht auftritt. „Die Ursache ist in der Regel eine Virusinfektion, meist ausgelöst durch **grippe-ähnliche Erreger**“, erklärt Prof. Matthias Kopp, Leiter der Sektion Pädiatrische Pneumologie und Allergologie an der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin in Lübeck.

Charakteristisch sind – wie bei meiner Tochter – ein trockener, bellender Husten und das Ringen nach Luft. Weil die oberen Atemwege anschwellen, hauptsächlich im Bereich des Kehlkopfes, kommt es zu einer starken Verengung. Die Stimme klingt heiser oder ungewöhnlich gepresst. Betroffene Babys und Kleinkinder erleben im schlimmsten Fall akute Atemnot und können sogar bewusstlos werden. Als Ursache scheinen neben Viren auch Luftschadstoffe eine Rolle zu spielen. Kinder in Rauchhaushalten sind eher betroffen.

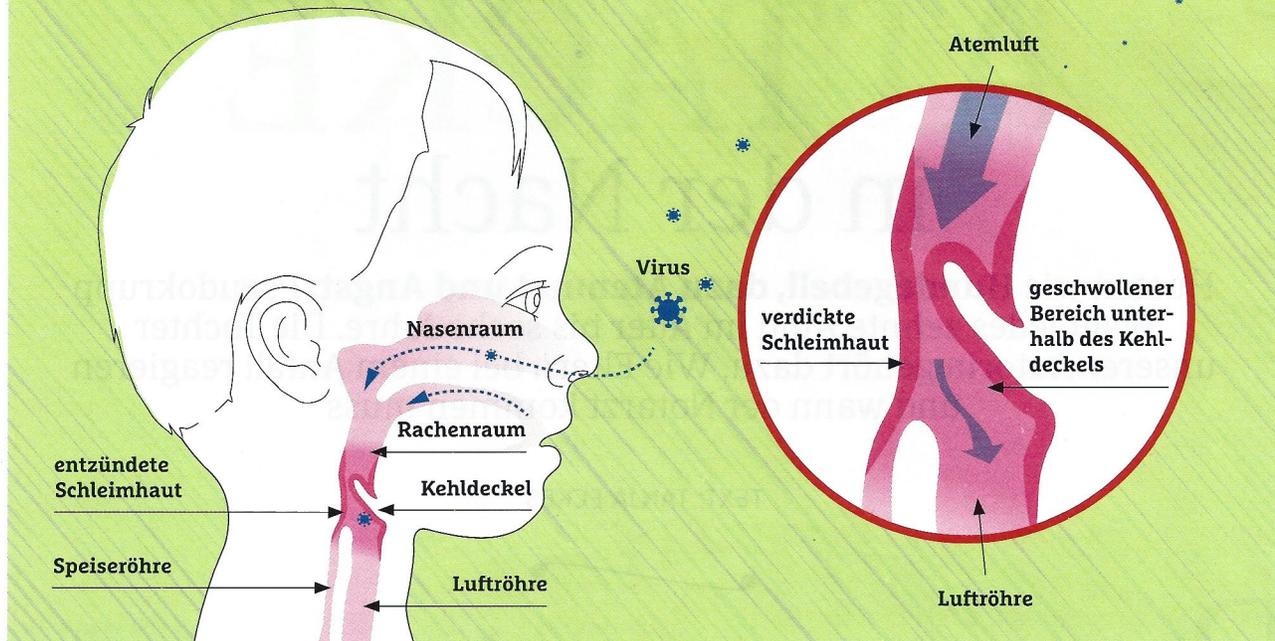
„Es ist typisch, dass die Attacken spätabends oder mitten in der Nacht auftreten, in den allermeisten Fällen in der kalten Jahreszeit“, so Kopp. „Manchmal gehen leichte Erkältungszeichen voraus, manchmal scheinen die Kinder noch kurz vorher völlig gesund.“ Der Grund für die nächtliche Häufung ist nicht geklärt. Manche Forscher gehen von einem Zusammenhang mit dem niedrigen körpereigenen Cortisolspiegel zwischen Mitternacht und den frühen Morgenstunden aus, was Entzündungsprozesse möglicherweise begünstigt.

Kälte lindert den Husten

Bei meiner Tochter klangen die Beschwerden glücklicherweise schnell ab, nachdem ich mit ihr in der Kälte auf und ab gegangen war und ihr etwas kalten Kräutertee eingeflößt hatte. Nach zwei Stunden schlief sie wieder. „Viele Eltern machen sich schleunigst auf den Weg zur Notaufnahme und merken schon auf ▶

Pseudokrupp – mehr als Husten

Der nächtliche Anfall lässt die oberen Atemwege anschwellen



Pseudokrupp wird **durch Erkältungsviren** ausgelöst, die über Nase und Mund in den Körper gelangen. Die Schleimhäute in Hals, Nase und Rachen schwellen an. Die Folge: Die Atemluft kann nicht ungehindert fließen.

Insbesondere der Bereich **unterhalb des Kehldeckels** ist bei einem Pseudokrupp-Anfall so stark geschwollen, dass erkrankte Kinder kaum Luft bekommen. Der Grund: Kleine Kinder haben noch sehr enge Atemwege.

Illustration: W&B/Jörg Neisel

dem Parkplatz in der kühlen Nachtluft, dass **ihr Kind wieder leichter atmet**“, sagt der Pneumologe. Wenn die Kleinen aus der trockenen Heizungsluft ins feuchte Außenklima kommen, verhindert das oft ein weiteres Anschwellen der Schleimhäute.

Ob das Kind tatsächlich in Lebensgefahr schwebt, können die erschrockenen Eltern schwer einschätzen. „So schwierig es erscheint: Ich rate, möglichst **Ruhe auszustrahlen**, erst mal besänftigend auf das Kind einzureden und es möglichst schnell warm anzuziehen und ans geöffnete Fenster zu bringen“, so der Experte. Um die Luftfeuchtigkeit in der Wohnung zusätzlich zu erhöhen und das Atmen zu erleichtern, können Eltern kurzzeitig das heiße Wasser im Bade-

zimmer voll aufdrehen. Sobald sich das Kind beruhigt hat, kann etwas Kühles zu trinken helfen.

Jetzt ist der Notarzt gefragt

Haben Eltern das Gefühl, das Kind bekommt gleich keine Luft mehr, rufen sie den Notarzt. Bedrohlich ist die Lage immer, wenn das Kind apathisch und sehr erschöpft wirkt oder blaue Lippen hat. Dann gilt: sofort die **112** rufen! „Fahren Sie nie alleine mit einem unbeaufsichtigten Kind auf der Rückbank in die Notaufnahme“, warnt Matthias Kopp. „Nur wenn ein zweiter Erwachsener das Kind im Kindersitz überwachen kann und die Symptome nicht zu stark ausgeprägt sind, ist das Selbstfahren eine Option.“

Wäre mir damals bewusst gewesen, dass es mehr als einfacher Husten ist, hätte ich mich prompt auf den Weg in die Klinik gemacht. So wollte ich nicht als hysterische Erst-Mama gelten, verbrachte also einige Nachtstunden mit hustendem Baby auf dem Balkon und setzte mich erst in der Früh zum Kinderarzt. Der klärte mich über das Nachtgespenst Pseudokrupp auf und verschrieb uns **Kortisonzäpfchen für die Hausapotheke**, damit wir fürs nächste Mal gewappnet waren.

Denn die Wahrscheinlichkeit, dass sich so ein Anfall wiederholt, ist hoch, und vorbeugen können Eltern leider nicht. „Tatsächlich steigt das Risiko einer erneuten Attacke mit dem ersten erlebten Anfall erheblich. Des-

halb halte ich Notfallmedikamente im Haus für entscheidend“, bekräftigt Matthias Kopp. „Sie wenden die akute Atemnot schnell ab und geben den Eltern Sicherheit.“ Kortisonzäpfchen oder -saft sollten also immer im Arzneischrank bereitstehen. Tipp aus eigener Erfahrung: regelmäßig das Haltbarkeitsdatum checken und rechtzeitig für Ersatz sorgen!

Die gute Nachricht: **Pseudokrupp wächst sich aus.** „Wachsen die Kinder wird der Durchmesser der Atemwege größer. Daher lösen infektiobedingte Schwellungen später keine Atemnot mehr aus“, erklärt der Pneumologe. Das hat mich zunehmend beruhigt, und seit meine Tochter vier ist, haben wir keine nächtliche Attacke mehr erlebt. ■

INFO

SO REAGIEREN ELTERN BEI EINEM PSEUDOKRUPP-ANFALL RICHTIG

1. Ruhe bewahren

Geraten Eltern selbst in Panik, überträgt sich die Angst auf das Kind, die Symptome können sich verschlimmern.

2. Kühle, feuchte Luft

Das Kind warm einpacken, es mit ruhiger Stimme trösten und zusammen ans offene Fenster, auf den Balkon oder in den Garten gehen. Die kalte

Luft hilft, die Atemwege wieder zu befreien und die Schwellung zu mindern.

3. Notarzt rufen (112)

Lassen die Symptome nicht nach, verschlimmern sie sich, wirkt das Kind apathisch, leidet es an einer akuten Atemnot (blaue Lippen) oder wird es bewusstlos, rufen Sie sofort den Notarzt unter 112!

Wichtig: Rufen Sie den Notarzt lieber einmal zu viel als zu wenig. Und fahren Sie nur dann selbst mit dem Auto in die Notaufnahme der Klinik, wenn ein zweiter Erwachsener auf der Rücksitzbank neben dem Kind sitzen und es beaufsichtigen kann.

Den **Notfallplan** zum Download finden Sie auf www.baby-und-familie.de/pseudokrupp



**Bei Dermatitis:
Mehr Haut Ruhe geht nicht**

Medizinprodukte bei Dermatitis, Neurodermitis und ekzematösen Hautveränderungen. Auch für Erwachsene geeignet.

- EctoAkut® – 3,5 % Ectoin
Intensivcreme für die schubfreie Zeit
- EctoAkut® forte – 7 % Ectoin
Spezialpflege im akuten Stadium **NEU**



- ✓ Kortison-frei
 - ✓ Parfüm-frei
 - ✓ Paraben-frei
 - ✓ PEG-frei
- ohne Konservierungsstoffe

EUBOS: VON KINDERÄRZTEN EMPFOHLEN – MEDIZINPRODUKTE AUS IHRER APOTHEKE