

Sprachlos – Was tun bei Heiserkeit?

Manchmal trifft es uns während einer Erkältung, oft fordern lautes Sprechen oder Schreien in einer Menschenmenge oder trockene, schlechte Luft in Kneipen und Discos ihren Tribut: die Stimme klingt rau oder versagt ganz.

Eine solche Heiserkeit ist meist ganz harmlos und verschwindet ebenso plötzlich wie sie gekommen ist. Dennoch möchte man diese lästigen Symptome so schnell wie möglich loswerden. Das gilt nicht nur für Personen in „Sprechberufen“ wie Lehrer oder Sänger. Schließlich möchte sich im Alltag jeder zu Wort melden.

Alle akuten Stimmstörungen, die nicht länger als eine Woche anhalten, können selbst behandelt werden, solange keine weiteren Symptome hinzukommen. Die oben genannten Umstände können zu einer Reizung des Kehlkopfs und der Stimmbänder führen. Oft ist aber auch eine Virusinfektion des Rachenbereichs schuld. Dann zeigen sich auch oft Anzeichen einer Erkältung wie Halsschmerzen und Schnupfen.

Wichtigste Maßnahme ist die Schonung der Stimme. Zur Unterstützung und schnelleren Heilung kann man aber noch einiges tun. Wasserdampfinhalationen mit Kamillenblüten befeuchten die ausgetrockneten Stimmbänder, die Wirkstoffe der Kamille wirken der Entzündung entgegen. Ganz wichtig ist eine dauernde Befeuchtung von Kehlkopf und Stimmbändern. Dies erreicht man durch Lutschchen von Salz- Tabletten oder Tabletten mit dem Schleimhautschutzvitamin Dexpanthenol oder auch Hyaluronsäure. Auch Pastillen mit Primelwurzelextrakt oder Isländisch Moos wirken durch die enthaltenen



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

Schleimstoffe reizlindernd. Wenn zusätzlich noch Halsschmerzen auftreten, sind anti-entzündliche Lutschtabletten z.B. mit dem Wirkstoff Flurbiprofen geeignet.

Treten allerdings Symptome wie hohes Fieber, starker Hustenreiz, Atemnot und Schluckbeschwerden auf, ist die Grenze der Selbstmedikation erreicht. Dann muss ein HNO- Arzt die Ursachen abklären. Gleiches gilt auch, wenn die Heiserkeit auch nach 1 Woche Behandlung weiterbesteht.

Tritt bei Kleinkindern eine akute Heiserkeit auf, so sollte sofort ein Kinderarzt aufgesucht werden. Eine solche Rachenentzündung kann bei ihnen zu einem Anschwellen der Schleimhaut unter den Stimmbändern führen, was die Atmung stark behindert und zu krampfartigen Hustenanfällen führt. Ein solcher Pseudo- Krupp- Anfall muss unbedingt ärztlich behandelt werden.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**