

# Erkältungssalben

Wer kleine Kinder im Kindergarten- oder Grundschulalter hat, kann ein Lied davon singen: kommt die kalte Jahreszeit, sind die Kleinen gefühlt dauer- erkältet. Zum einen liegt das natürlich daran, dass das kindliche Immunsystem noch nicht ausgereift ist, und vor allem zu Beginn der Kindergartenzeit kommen die Kleinen mit vielen neuen Erregern in Kontakt und sind schon deswegen häufiger krank. Dazu kommt, dass Erkältungsviren über Tröpfcheninfektion übertragen werden, d.h. die Übertragung findet bei dem engen Kontakt, den die Kinder beim Spielen haben, besonders leicht statt. Bis zu zwölf Erkältungen pro Jahr sind normal. Da es aber über 200 Erregertypen gibt, die alle zu ähnlichen Erkältungssymptomen führen, ist es durchaus möglich, dass das Immunsystem gerade den einen Erreger bekämpft hat und schon mit dem nächsten konfrontiert wird, der wieder eine Erkältung auslöst. Die Eltern haben dann das Gefühl, das Kind sei dauernd krank. Leider gibt es bis heute kein Mittel, das die Ursache, also die Erreger bekämpft. Man kann nur unterstützend behandeln und die lästigen Symptome lindern.

Sehr beliebt und einfach in der Anwendung sind Erkältungssalben. Allerdings gibt es dabei einiges zu beachten. Für die Anwendung gibt es zwei Möglichkeiten: Entweder trägt man die Salbe auf Brust und Rücken auf oder man verwendet sie zur Inhalation.

Erkältungssalben bestehen aus einer fettigen Grundlage wie Vaseline in der die ätherischen Öle gelöst sind. Häufig verwendet werden Fichtennadel- Eukalyptus- und Pfefferminzöl. Auch Menthol und Campher ist oft enthalten. Auf der warmen Haut verdampfen die flüchtigen Stoffe und werden eingeatmet. Das erleichtert die Nasenatmung. In den Bronchien wird zäher Schleim gelöst, was das Abhusten erleichtert. Wichtig zu beachten ist, dass die meisten Erkältungssalben



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

nicht für Kinder unter 2 Jahren eingesetzt werden dürfen. Die enthaltenen ätherischen Öle könnten einen lebensbedrohlichen Stimmritzenkrampf auslösen, der zum Atemstillstand führt. Besonders kritisch sind Menthol und Campher.

Für Kinder unter zwei Jahren gibt es spezielle Präparate, die entweder auf die Kleidung oder Bettwäsche aufgetropft werden oder Cremes zum Einreiben, die alternative Öle wie Thymian, Lavendel, Sternanis oder Myrte enthalten. Generell gilt: nach dem Auftragen müssen die Hände gut gewaschen werden, damit nichts in die Augen gelangt.

Schulkinder können auch mit der Salbe inhalieren. Dazu gibt man einen mehrere Zentimeter langen Strang in heißes, nicht mehr kochendes Wasser. Am besten verwendet man spezielle Inhalatoren, die isoliert und so konstruiert sind, dass kein Dampf in die Augen gelangt. Dennoch darf das Kind nur unter Aufsicht inhalieren. Erkältungssalben sollen nicht angewendet werden bei Asthma, Keuchhusten oder Pseudokrampfanfällen.

**Ihr Apotheker  
Dr. Lutz Engelmann**