Hausarztpraxis Dr. med. Dietmar Kurz
Hausärztliche Innere Medizin · Diabetologie · Notfallmedizin
Trinkbornstr. 47 · 64291 Darmstadt-Wixhausen

Patienteninformation
Tel. 0 61 50 / 98 00 28
praxis@hausarzt-dr-kurz.de · www.hausarzt-dr-kurz.de

Akuter Husten (Bronchitis)

Akuter Husten entsteht meist durch einen Virusinfekt der Atemwege. Er ist lästig, aber sinnvoll: Er reinigt die Bronchien. Wichtig zu wissen: Husten dauert oft **2–3 Wochen**, auch wenn Sie sich sonst schon wieder gesund fühlen. Antibiotika sind in aller Regel nicht nötig.

Das können Sie selbst tun

- **Nicht rauchen** und Rauch meiden – das ist die wirksamste Einzelmaßnahme.
- Luft befeuchten, regelmäßig lüften. Inhalieren mit warmem Wasserdampf (ca. 10 Min., 2–3 × täglich; Vorsicht vor Verbrühung).
- Nachts den Oberkörper etwas höher lagern – das mindert den Hustenreiz.
- Brustwickel oder ein warmes Bad (ohne Fieber) lockern den Schleim. Körperliche Schonung, solange Sie Fieber haben.
- In ein Taschentuch oder in die Armbeuge husten, Hände waschen.

Trinken und Ernährung

- Reichlich trinken (2–3 Liter), am besten warm: Thymian-, Spitzwegerich-, Fenchel- oder Lindenblütentee.
- Honig lindert den Hustenreiz (1–2 Teelöffel, z. B. im Tee oder vor dem Schlafengehen). **Nicht für Kinder unter 1 Jahr.**

Rezeptfrei in der Apotheke erhältlich

Wofür?	Wirkstoff	Hinweis zur Anwendung
Festsitzender Schleim	Pflanzlich: Efeublätter-, Thymian- oder Myrtol-Präparate	Gut verträglich, nach Packungsbeilage
Festsitzender Schleim	Ambroxol oder Acetylcystein (ACC)	Nicht abends einnehmen; viel dazu trinken
Trockener Reizhusten (v. a. nachts)	Dextromethorphan oder Pentoxyverin	Kurzzeitig abends; **nicht** zusammen mit Schleimlösern
Fieber, Gliederschmerzen	Paracetamol 500 mg oder Ibuprofen 400 mg	Siehe Packungsbeilage

Drogerie: *Thymian- und Spitzwegerichtee, Honig, Inhalationszusätze, Erkältungsbalsam. Die Hustenmittel der Tabelle gibt es nur in der Apotheke.*

Faustregel: Tagsüber abhusten und ggf. Schleim lösen – nachts bei trockenem Reizhusten den Hustenreiz dämpfen, damit Sie schlafen können.

Bitte kommen Sie in die Praxis bzw. rufen Sie uns an, wenn …

- Atemnot, pfeifende Atmung, Brustschmerzen oder Schmerzen beim Einatmen
- Bluthusten oder blutig-bräunlicher Auswurf
- Fieber über 39 °C oder länger als 3 Tage, deutliches Krankheitsgefühl, erneuter Fieberanstieg
- Husten länger als 3 Wochen oder wiederkehrend
- Bekannte Lungen- oder Herzerkrankung (COPD, Asthma, Herzschwäche), Immunschwäche, höheres Alter

Außerhalb der Sprechzeiten: Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117 · Im Notfall: 112

Diese Information ersetzt nicht das ärztliche Gespräch. Bitte beachten Sie die Packungsbeilage. Bei Schwangerschaft, Stillzeit, Kindern, Vorerkrankungen oder Dauermedikation fragen Sie vor der Einnahme bitte uns oder Ihre Apotheke. Angaben für Erwachsene · Stand 11/2026