



# Beratungsleitfaden

## Akuter Husten

### Definition:

Akuter Husten tritt am häufigsten im Zusammenhang mit viralen Erkältungsinfekten auf.<sup>1,2</sup> Er klingt in der Regel innerhalb von 3 Wochen ab und lässt sich in trockenen Reizhusten sowie produktiven Husten mit vermehrter Sekretproduktion unterteilen.

### Symptome:<sup>1,2</sup>

Im Rahmen eines akuten viralen Infekts können neben Husten auch allgemeines Unwohlsein, Frösteln, Kopf- und Gliederschmerzen, erhöhte Temperatur, Halsschmerzen, Heiserkeit, Fließschnupfen und eine verstopfte Nasenatmung auftreten. Typischerweise beginnt der Husten trocken, wird im Verlauf produktiv und klingt am Ende erneut trocken ab.

### Fragen für das Beratungsgespräch:

Für wen ist das Medikament? Wie lange bestehen die Beschwerden bereits? Treten weitere Beschwerden auf? Handelt es sich um trockenen oder produktiven Husten? Wurde bereits etwas zur Linderung eingenommen? Bestehen Allergien oder Unverträglichkeiten? Werden weitere Medikamente eingenommen? Wurde bereits ärztlicher Rat eingeholt?

### Wann ist eine ärztliche Abklärung erforderlich?<sup>1,2</sup>

Wenn der Husten länger als 3 Wochen oder ohne weitere Erkältungssymptome anhält und/oder Begleitsymptome wie Fieber, starkes Krankheitsgefühl, Abgeschlagenheit, Atemnot, atemabhängige Schmerzen, pfeifende Atemgeräusche, blutiger oder schaumiger Auswurf auftreten, giftige oder stark reizende Stoffe eingeatmet wurden oder trotz Behandlung nach 2 Wochen keine Besserung eintritt bzw. der Husten länger als 8 Wochen andauert.

### Therapieoptionen zur Selbstmedikation:<sup>1,2</sup>

Akuter Husten infolge eines viralen Erkältungsinfekts klingt in der Regel von allein ab. Zur Linderung des Hustens können folgende Maßnahmen empfohlen werden:

Befeuchtung der Atemwege	Medikamentöse Therapien	
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Ausreichende Flüssigkeitszufuhr</b></li><li>• <b>Arzneitees:</b><ul style="list-style-type: none"><li>→ Reizlindernd: Eibischwurzel, Isländisch Moos, Primelwurzel, Huflattichblätter, Malvenblüten</li><li>→ Krampflösend: Thymiankraut, Efeublätter</li><li>→ Schleimlösend: Primelwurzel, Königskerze, Efeublätter, Spitzwegerichkraut, Süßholzwurzel</li></ul></li><li>• <b>Inhalationen:</b><ul style="list-style-type: none"><li>→ Wasserdampfinhalation: z. B. Schüssel mit Handtuch oder Inhalator, ohne/mit Zusätzen wie Kamille oder ätherischen Ölen (Eukalyptus, Kiefernnadel, Menthol)</li><li>→ Druckvernebler: mit isotonischer Kochsalzlösung oder Sekretolytika</li></ul></li></ul>	<b>Antitussiva</b> (trockener Reizhusten)	<b>Expektoranzien</b> (produktiver Reizhusten)
	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Pflanzlich:</b> Spitzwegerichblätter, Eibischwurzel, Isländisch Moos</li><li>• <b>Synthetisch:</b> Pentoxyverin, Dextromethorphan, Levodropropizin, Dropropizin</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Pflanzlich:</b> Efeublätter, Thymiankraut mit/ohne Primelwurzel, Pelargoniumwurzel, Myrtol, Cineol</li><li>• <b>Synthetisch:</b> Ambroxol, Bromhexin, N-Acetylcystein</li></ul>
Allgemein unterstützende Maßnahmen:		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Körperliche Schonung</li><li>• Lutschtabletten mit z. B. pflanzlichen Wirkstoffen</li><li>• Ausreichende Luftfeuchtigkeit</li><li>• Schutzimpfungen gegen Influenza, Corona, RSV und Pneumokokken bei wiederholt auftretenden Bronchialinfektionen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Wärmeanwendungen (z. B. Rotlicht, Erkältungsbad)</li><li>• Nicht rauchen, Rauch vermeiden</li><li>• Behandlung zusätzlicher Symptome</li></ul>	
Besondere Patientengruppen:		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Säuglinge und Kleinkinder → keine Selbstmedikation &lt; 2 Jahren; meist Hustensäfte mit Ambroxol oder pflanzlichen Wirkstoffen</li><li>• Schwangerschaft und Stillzeit → vermehrte Flüssigkeitszufuhr und Wasserdampfinhalationen; Ambroxol, NAC, Cineol; Dextromethorphan im 1. und 2. Trimenon</li></ul>		

1 Deutsche Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin e. V. S3-Leitlinie Akuter und chronischer Husten. [https://register.awmf.org/assets/guidelines/053-013l\\_S3\\_akuter-und-chronischer-Husten\\_2025-11.pdf](https://register.awmf.org/assets/guidelines/053-013l_S3_akuter-und-chronischer-Husten_2025-11.pdf) 2 Lennecke K, Hagel K. Selbstmedikation; Leitlinien zur pharmazeutischen Beratung; 8. Auflage 2025; Deutscher Apotheker Verlag, Stuttgart