

Erkältung in der Schwangerschaft Teil I

Erkältungen treffen jeden und sind zwar harmlos aber unangenehm, aber doppelt unangenehm für werdende Mütter. Erstens belastet eine Schwangerschaft an sich schon, da braucht man nicht noch eine Erkältung und zweitens ist man in dieser Zeit mit der Einnahme von Medikamenten besonders vorsichtig, denn man möchte dem Kind nicht schaden. Dennoch macht es keinen Sinn, sich zu quälen. Wichtig ist die sorgfältige Arzneimittelauswahl, die auch berücksichtigt, in der wievielten Woche die Mutter ist.

Husten ist ein besonders lästiges Symptom, das aber gerade in der Schwangerschaft auch andere Ursachen haben kann, besonders wenn er nicht im Rahmen einer Erkältung auftritt. Tritt der Reizhusten besonders nachts und im Liegen auf und leidet die Schwangere zusätzlich an Sodbrennen, lässt dies auf einen Zusammenhang schließen. Durch die Größenzunahme des Kindes drückt dieses auf die Organe, auch auf den Schließmuskel zwischen Magen und Speiseröhre. Besonders im Liegen kann es zum Rückfluss von Magensaft in die Speiseröhre kommen, was das Brennen hinter dem Brustbein auslöst und eben durch die Schleimhautreizung auch zu Husten führen kann. Hier ist die Einnahme von Säurebindern (Antacida) angezeigt, die dann auch den Husten beseitigen.

Viele Schwangere klagen auch über eine ständig verstopfte Nase. Das kann durch die Hormonumstellung bedingt sein. Man spricht von Schwangerschaftsrhinitis. Durch die vermehrte Mundatmung trocknen die Schleimhäute aus, es kommt zu Hustenreiz. Hier helfen befeuchtende Lutschpastillen mit Isländisch Moos oder Hyaluronsäure.

Hat die werdende Mutter nun



Foto: Blende 8

Apotheker Dr. Lutz Engelmann

doch eine richtige Erkältung erwischte und haben bereits alle Maßnahmen wie Inhalieren mit Kamilendampf, ausreichend Trinken, Gurgeln mit Salzwasser oder Salbeitee (Vorsicht! Nicht trinken! Salbei kann in größeren Mengen vorzeitige Wehen auslösen!) nicht geholfen, kann man nach sorgfältiger Nutzen-Risiko-Abwägung durch den Arzt durchaus zu Arzneimitteln greifen. Im Allgemeinen glauben Schwangere, pflanzliche Arzneimittel seien sanft und unbedenklich. Das ist aber nicht so und viele ätherisch Öl haltigen Präparate sind daher zu vermeiden. Außerdem enthalten sie oft Alkohol. Präparate mit Thymian und Efeu werden von der Datenbank Embryotox daher auch nur als Mittel der zweiten Wahl gelistet. Embryotox macht Angaben zu Anwendbarkeit, Risiken und Einschränkungen verschiedener Arzneistoffe während der Schwangerschaft und Stillzeit. Diese stützen sich auf Anwendungsbeobachtungen und rückwirkende Studien. So gibt es einige Daten zum Beispiel zum Schleimlöser ACC. Dieser gilt nach Empfehlung durch den Arzt als ein Mittel der ersten Wahl, wenn zäher Schleim gelöst werden muss.

**Ihr Apotheker
Dr. Lutz Engelmann**