

## Sonderteil: das war das OTC-Jahr 2016

### Interview

**Marktforscherin  
analysiert OTC-Jahr**

Seite 8

### Gesundheitsflip

**In 60 Sekunden alles  
zum Thema Husten**

Seite 6

### Beratung

**Die besten Tipps  
gegen Haarausfall**

Seite 35

Experten sehen OTC-Wachstum durch Innovationen

# Ausblick: Hier liegen die Chancen für 2017

@rzneimittel online günstiger

**1A**  
PHARMA

1apharma.at



**In Dr. Exels Gesundheits-Flip sind diesmal trockener Reizhusten und produktiver Husten das Thema.**



## Pflanzenkraft für die Bronchien

Die Pflanzenheilkunde weiß Rat bei Husten. Das gilt sowohl für die Linderung von Hustenreiz als auch zur Verflüssigung des Sekrets. Ein akuter Husten kann bis zu sechs Wochen dauern, danach tritt eine Chronifizierung ein. Meistens beginnt ein Erkältungshusten trocken und mit lästigem Hustenreiz, der auch die Schlafqualität beeinträchtigt. Später kommt es zum Wandel in Richtung produktivem Husten. Hier empfehlen sich Präparate mit schleimlösender Wirkung.

Dr. Susanne Steindl empfiehlt bei trockenem Reizhusten die orale Einnahme von Extrakten aus Eibisch, Malve, Spitzwegerich oder Königskerze. „Sie legen einen pflanzlichen Schleim auf die entzündeten Schleimhäute des hinteren Rachenraumes und schützen die Region vor lokalen Reizungen, wodurch auch der Hustenreiz unterdrückt wird.“ Bei produktivem Husten wiederum sind andere Pflanzen gefragt.

Steindl: „Pflanzliche Extrakte aus Thymian gelten als besonders effektive Hausmittel gegen Husten. Die Heilpflanze wirkt schleimlösend und erleichtert das Abhusten des Sekrets. Außerdem entfaltet Thymian eine antibakterielle, antivirale Wirkung, welche vor allem den enthaltenen ätherischen Ölen zugesprochen wird.“

### Wissenswertes

#### Thymian und Eibisch bei Husten

Die Kombination von Extrakten aus Eibisch und Thymian wirkt bei Husten auf zwei Arten: Sie lindert Hustenreiz und fördert das Abhusten bei produktivem Husten. Bei Erkältungen kann zäher Schleim den Selbstreinigungsmechanismus der Lunge über die Flimmerhärchen blockieren. Mit Thymian kommt nun Hilfe von außen. Die Inhaltsstoffe dieser Pflanze sorgen dafür, dass Schleim in den Atemwegen gelöst wird. Dadurch fällt es leichter, das Sekret abzuhusten. Zusätzlich hilft Thymian dabei die Bronchien zu entkrampfen.

Eibisch ist ebenfalls eine wertvolle Arzneipflanze. Viele Patienten leiden unter lästigem Hustenreiz, der einen bei einer Erkältung oft tagelang begleitet. Vor allem nachts wacht man immer wieder auf. Das beeinträchtigt den Schlaf und verzögert die Regeneration. Die Eibischwurzel wirkt dem Reiz effektiv entgegen. Die enthaltenen Schleimstoffe legen sich wie ein schützender Film über die Schleimhaut im Mund- und Rachenraum und lindern dadurch Reizungen und den damit verbundenen trockenen Reizhusten. Eibisch und Thymian sind als Duo eine ideale Kombination, egal ob Reizhusten, festsitzender Schleim oder produktiver Husten.

Dr. Exels Gesundheits-Flip wird ausgestrahlt in:

facebook

YouTube

krone.at

krone.tv

... und auch am 14. 1. als Beitrag in der



© Rienhard-Holl

## Tipps für die Beratung in der Apotheke

**Fragen zu Husten sind gerade in der kälteren Jahreszeit in Apotheken häufig. Dr. Susanne Steindl gibt im Interview die wichtigsten Antworten.**

**Apotheker Krone: Welche Fragen sollte ein Apotheker an der Tara einem Hustenpatienten stellen?**

**Dr. Susanne Steindl:** Husten ist ein Symptom, das bei diversen Erkrankungen auftritt. Tritt er im Rahmen einer

Erkältung oder eines grippalen Infektes auf, sollte man den Patienten unbedingt fragen, ob es sich um einen produktiven Husten, also schleimbildenden, oder um einen trockenen Reizhusten handelt. Trockenen Husten finden wir beispielsweise bei beginnenden Erkältungen oder allergischen Geschehen. Der produktive oder auch verschleimte Husten hingegen geht meist im Erkältungsgeschehen aus dem trockenen Reizhusten hervor und tritt vielfach auch bei Bronchitis oder Lungenentzündung auf. Letzterer braucht natürlich eine andere Behandlung.

**Wann ist ein Verweis an den Arzt ratsam?**

**Steindl:** Die Grenze der Selbstmedikation ist erreicht, wenn der Husten länger als zwei Wochen besteht. Berichtet der Patient zusätzlich von eitrigem und blutigem Auswurf oder hohem Fieber, oder von Schmerzen und Rasselgeräuschen beim Atmen, sollte schnellstmöglich ein Arzt aufgesucht werden.

**Welche ergänzenden Tipps sollte man dem Kunden nach Verabreichung eines Präparats mit auf den Weg geben?**

**Steindl:** Für alle Hustenformen gilt gleichermaßen: trinken, trinken, trinken! Nur mit ausreichend Flüssigkeitszufuhr kann der Schleim in den Bronchien verflüssigt und abgehustet werden.

Anzeige | Fachkurzinformation siehe Seite 64

# BRONCHO STOP®



## HUSTEN?

Sagen Sie **jedem Husten\* STOP** mit BRONCHOSTOP®!



**JETZT NEU**

Kratzen im Hals

Reizhusten

Lindert den Hustenreiz  
Löst zähen Schleim  
Fördert das Abhusten

Lindert den Hustenreiz  
Löst zähen Schleim  
Fördert das Abhusten

produktiver Husten

Resthusten

**SAG DEM HUSTEN STOP. BRONCHOSTOP®**

\* Bei Erkältungshusten

Traditionell / Klinisch bewiesene Wirkung bei Erkältungskrankheiten. Anwendung bei Kindern ist nicht empfohlen. © 2014 Bionor Pharma AG

www.bionor.com