



Schnupfen bei Babys

So wird die Nase wieder frei

Erkältungen zählen bei Kindern zu den häufigsten Krankheiten. Insbesondere bei Säuglingen kann die harmlose Erkrankung sehr unangenehm werden. Vor allem, wenn die Nase verstopft ist. Dann hat das Baby beim Trinken Probleme, weil es keine Luft bekommt. Gerade Trinken ist bei Erkältungen aber sehr wichtig. Glücklicherweise gibt es medizinische Hilfen und Hausmittel, die dem Baby helfen.

Relativ einfach anzuwenden sind Nasentropfen. Enthalten sie Kochsalzlösung, können sie unbedenklich angewandt werden. Sie befeuchten und kühlen die Schleimhäute. Dadurch wird das Atmen erleichtert. Kochsalzlösung wird in der Apotheke für Sie hergestellt. Die Konzentration muss genau stimmen, und außerdem muss steriles Wasser verwendet werden.

Wenn Kochsalzlösung nicht hilft, können Sie schleimhautabschwellende Tropfen anwenden. Sie sollten aber keinesfalls länger als eine Woche eingesetzt werden, damit die Schleimhäute nicht austrocknen und degenerieren. Bei Babys unter sechs Monaten sollte der Arzt die Tropfen verordnen.

Ätherische Öle

Für die ganz Kleinen, die noch nicht inhalieren können, gibt es Tropfen mit ätherischen Ölen, die auf die Kleidung geträufelt werden können. Die aufsteigenden Dämpfe ziehen in die Nase und erleichtern dem Baby das Atmen.

Nach demselben Prinzip funktionieren auch Erkältungssalben. Achten Sie jedoch darauf, dass die Tropfen oder Salben speziell für Säuglinge geeignet sind. Sie dürfen kein Menthol (beispielsweise in Pfefferminzöl zu finden), Campher oder Cineol (Eucalyptol, Eukalyptusöl) enthalten. Es besteht sonst Erstickungsgefahr. Wenden Sie deshalb niemals Erkältungssalben, die für Erwachsene geeignet sind, bei Säuglingen an.

Elke Engel, Apothekerin

Infobox

Altbewährte Hausmittel

- Befeuchten Sie die Luft im Kinderzimmer, beispielsweise durch einen Wäscheständer mit nasser Wäsche; alternativ können Sie mit Wasser gefüllte Schalen verteilen.
- Geben Sie Ihrem Kind neben Milch auch Fencheltee und stilles Wasser beziehungsweise abgekochtes Leitungswasser. Viel trinken ist jetzt sehr wichtig für Ihr Baby.
- Gehen Sie mit Ihrem Kind an die frische Luft. Bei hohem Fieber sollten Sie allerdings Rücksprache mit dem Arzt halten.
- Bei kleinen Säuglingen hilft Muttermilch. Träufeln Sie die Milch mehrmals täglich in die Nase, entweder direkt mit der Brustwarze oder aufgezogen in einer Pipette.
- Zwiebelsocken: Wenn das Immunsystem gegen Erkältungsviren kämpft, können parallel Bakterien die Oberhand gewinnen und Entzündungen auslösen. Zwiebeln enthalten entzündungshemmende ätherische Öle, die über die Haut aufgenommen werden. Zwei bis drei Zwiebeln erhitzen, handwarm abkühlen lassen und in zwei Taschentücher wickeln. Mit Mullbinden an den Füßen des Babys befestigen, Wollsocken darüber ziehen.

