



*Mütter- und Väterberatung*  
*Bezirk Bremgarten*

Schnupfen und  
seine Behandlung

**Ursache:**

In den meisten Fällen bei Säuglingen eine Virusinfektion.

**Verlauf:**

Die Viren besiedeln die Nasen- und Rachenschleimhäute. Diese schwellen an, es kommt zu einer laufenden oder verstopften Nase, zu Halsweh, oft auch zu Husten und Fieber, alles verbunden mit Schluck- und Atembeschwerden. Die Symptome können nur durch geeignete Massnahmen gelindert werden. Mit dem Virus muss der Körper selbst fertig werden. Das kann zehn Tage oder noch länger dauern. Fieber bis 39 °C (rektal gemessen) ist nicht beunruhigend, solange keine weiteren Symptome dazukommen, wie z.B. Nahrungsverweigerung, Husten, Erbrechen, Durchfall, Ohrenschmerzen.

**Behandlung zum Lösen des Nasenschleims:**

- ◆ Physiologische Kochsalzlösung (0,9 %) als Nasentropfen
- ◆ Säckchen mit rohen, zerkleinerten Zwiebeln beim Kind aufhängen (Abstand ca. 30 cm)
- ◆ Spez. Majoransalbe auf Nasenflügel
- ◆ Engelwurz Balsam auf Nasenflügel ([www.hebamala.ch](http://www.hebamala.ch))

**Zum Abschwellen der Schleimhäute:**

- ◆ Bienenwachsplatten/platten ( ! enthält Erdnussöl)
- ◆ Myrte-Thymianbalsam nach 3 Monaten
- ◆ Baby Liberol ab 4 – 6 Monate
- ◆ Olivenöl evt. Mit 1 Tropfen Erkältungsöl erst nach 3 Monaten
- ◆ Abschwellende Nasensprey
- ◆ Thymianbad (mit Teebeutel)

**Damit das Kind wieder besser atmen kann:**

- ◆ Die ideale Raumtemperatur zum Schlafen ist 16-18°C.
- ◆ Auf Luftfeuchtigkeit achten (50 %), Luftbefeuchter oder nasse Tücher bei der Heizung aufhängen.
- ◆ Den Kopf des Kindes zum Schlafen etwas höher betten als sonst (Ordner unter die Matratze)
- ◆ Viel zu trinken geben (dazu eignet sich ungesüsster Tee)
- ◆ Warmes Fussbad mit 2 Tropfen Lavendelessenz entspannt vor dem Schlafen und „öffnet“ die Nase. Badedauer: 10 Min

**Wann müssen Sie sich an den Arzt wenden?**

Im Zweifelsfall ist nachfragen bei einer Fachperson (Mütterberaterin, Arzt) immer angebracht. Sonst bei folgenden Symptomen:

- ◆ Schlechter Allgemeinzustand des Kindes und Trinkverweigerung
- ◆ Länger dauerndes hohes Fieber (länger als drei Tage über 39 °C)
- ◆ Grüner zäher Ausfluss aus der Nase
- ◆ Ohrenschmerzen (starkes Schreien bei Druck aufs Ohr oder beim Hinlegen). Bei Babys und Kleinkindern auch bloss vermutete Schmerzen dem Arzt melden.
- ◆ Ausfluss aus dem Ohr
- ◆ Langes Schreien
- ◆ Pfeifende, rasselnde oder keuchende Atmung
- ◆ Starker Husten
- ◆ Wenn es dem Kind nach drei Tagen noch nicht besser geht

Wenn das Kind zu einer Impfung bestellt ist, sollte es auf jeden Fall gesund sein, das heisst auch schnupfenfrei.

Juni 2016