

Ratgeber für Eltern

Pseudokrupp – wie Sie Ihrem Kind im Akutfall helfen



Inhaltsverzeichnis

Pseudokrupp – was ist das?	Seite 4/5
Pseudokrupp hat im Herbst und Winter Saison	Seite 6/7
Im Akutfall richtig handeln	Seite 8/9
Nach dem ersten Kruppanfall zum Kinderarzt	Seite 10/11
Wie wird Pseudokrupp behandelt?	Seite 12/13
Medikamente unterstützen zu Hause	Seite 14/15
Ruhe bewahren – wie Eltern ihrem Kind helfen können	Seite 16/17
Tipps und Buchempfehlungen	Seite 18

Liebe Eltern,

Pseudokrapp ist eine typische Kinderkrankheit. Sicher haben Sie im Freundes- oder Bekanntenkreis schon davon gehört. Vielleicht hat Ihr Kind auch selbst vor kurzem einen Pseudokrappanfall erlebt und Sie haben diese Broschüre von Ihrem Arzt erhalten. Ein solcher Anfall kann einen ganz schön aus der Bahn werfen: Eine schlaflose Nacht und Sorge um das Kind, verbunden mit der Unsicherheit, wie Sie einen solchen Anfall in Zukunft vermeiden können.

In dieser Broschüre finden Sie alles, was Sie über Pseudokrapp wissen müssen, um im Akutfall das Beste für Ihr Kind zu tun.

Wir möchten Sie bestmöglich mit hilfreichen Tipps unterstützen und wünschen Ihnen und Ihrem Kind alles Gute für Ihre Gesundheit!

Ihr Team von Pharmapol

Pseudokrupp – was ist das?

Pseudokrupp ist eine Erkrankung der oberen Atemwege und wird häufig durch Viren verursacht. Die Schleimhaut im Bereich des Kehlkopfes ist bei Pseudokrupp entzündet und schwillt hauptsächlich unterhalb der Stimmbänder stark an. Dadurch wird besonders das Einatmen erschwert. Da der Durchmesser der Atemwege bei Kindern noch sehr klein ist, tritt Pseudokrupp meistens bei Kindern bis 6 Jahren auf.

Typische Symptome von Pseudokrupp sind:

- Geräuschvolles Einatmen, begleitet von einem Zischen oder Pfeifen
- Bellender Husten
- Heiserkeit
- Atemnot

Besonders das Gefühl der Atemnot verängstigt viele Kinder, weil sie glauben, zu ersticken. Trotzdem tritt nur in den wenigsten Fällen ein schwerer Verlauf von Pseudokrupp auf.



Pseudokrupp hat im Herbst und Winter Saison

In den kälteren Monaten Oktober bis März haben Grippe und Erkältungen Hochsaison. Für Sie als Eltern bedeutet das auch, dass die Möglichkeit von Pseudokruppanfällen steigt. Denn ein Kruppanfall wird am häufigsten durch Viren, wie Parainfluenzaviren ausgelöst. Aber auch Masern- und Rhinoviren sowie Allergien können ein Auslöser sein.

Pseudokrupp tritt meist ohne Vorwarnung in den Abendstunden oder in der Nacht auf.

Ein Anfall kann unterschiedlich stark sein. Die Symptome reichen von bellendem Husten und leichten Atembeschwerden bis zur akuten Ersticken- gefahr. Die schweren Formen sind aber äußerst selten.



Einmaliger Vorfall oder regelmäßiger Begleiter?

Manche Kinder haben nur einmal in ihrem Leben einen Pseudokrampfanfall, während bei anderen Kindern über Jahre jede Infektion der Atemwege dazu führen kann. Das bedeutet dann auch, dass Husten und Atemnot unter Umständen jede Nacht wieder auftreten, bis der Infekt ausgeheilt ist.

Alltagstipps für Eltern im Akutfall:

Nehmen Sie Ihr warm angezogenes Kind auf den Arm und gehen mit ihm an die kühle Winterluft. Die Kälte kann abschwellend wirken und Ihr Kind beruhigen.



Im Akutfall richtig handeln

Tritt nachts ein Pseudokrampfanfall auf, ist die erste Regel für Eltern, ruhig zu bleiben. Die Nervosität überträgt sich sonst auch auf das Kind, wodurch sich die Symptome verschlimmern können. Nehmen Sie Ihr Kind auf den Arm und beruhigen Sie es. Aufrecht – also im Sitzen – kann es besser atmen. Achten Sie auch darauf, dass die Kleidung das Kind nicht einengt.



Je nachdem, wie stark die Luftnot ist, kann kühle feuchte Luft dem Kind helfen. Dadurch schwellen die Schleimhäute ab. Stellen Sie sich ans Fenster oder machen Sie einen Spaziergang. Ihr Kind sollte sich nicht anstrengen, sondern auf dem Arm getragen werden.

Wann sollten Sie einen Notarzt rufen?

Grundsätzlich sollten Sie bei starker Atemnot, blasser Haut, Herzrasen, blauen Lippen, Nasenspitze und Fingernägeln sowie kleinen Gruben in den Rippenzwischenräumen durch angestrengtes Einatmen immer den Rettungsdienst (Notfallnummer 112) verständigen. Auch, wenn zusätzlich hohes Fieber auftritt, sollten Fachleute hinzugezogen werden. Das Team im Rettungswagen oder der Notarzt können durch geeignete Medikamente schnell für ein Abschwellen der Schleimhäute sorgen. Dann kann Ihr Kind wieder normal atmen. In den meisten Fällen kann das Kind durch den Notarzt zu Hause behandelt werden und muss nicht ins Krankenhaus.

Alltagstipps für Eltern im Akutfall:

Bitte fassen Sie nicht mit den Fingern in Mund oder Rachen, da dies die Schwellung verstärken kann.



Nach dem ersten Kruppanfall zum Kinderarzt

Wenn Ihr Kind zum ersten Mal einen Pseudokruppanfall hatte, sollten Sie mit ihm zum Kinderarzt gehen. Dabei macht es keinen Unterschied, ob Sie schon beim Anfall in der Nacht den Rettungsdienst gerufen haben oder ins Krankenhaus gefahren sind. Wichtig ist, dass Ihr Kinderarzt die Diagnose stellt. Dies ist aufgrund des Hustens und der charakteristischen Atemgeräusche relativ eindeutig möglich.



Medikamente für zu Hause

Darüber hinaus wird der Arzt eine Notfallmedikation verschreiben, damit Sie im Zweifel beim nächsten Mal vorbereitet sind. Diese besteht aus Saft oder Zäpfchen. Der enthaltene Wirkstoff lässt die Schleimhäute schnell anschwellen. Antibiotika sind nicht nötig, weil sie gegen Bakterien wirken, bei Pseudokrapp jedoch fast immer Viren im Spiel sind.

Alltagstipps für Eltern:

Konsultieren Sie nach einem ersten Anfall unbedingt den Kinderarzt. Er wird andere schwerere Erkrankungen ausschließen und Ihnen eine Notfallmedikation mitgeben.



Wie wird Pseudokrupp behandelt?

Bei allen Formen des Pseudokrups sollte der Arzt dem Kind ein Notfallmedikament verschreiben. Die Behandlung erfolgt normalerweise mit einem Kortisonpräparat. Dieses wirkt der Entzündung entgegen und lässt die Schleimhäute schnell wieder abschwellen. Arzneimittel wie Prednison oder Prednisolon werden bei einem Pseudokrupperfall am häufigsten eingesetzt. In den Therapieempfehlungen der Arzneimittelkommission der deutschen Ärzteschaft wird u. a. Prednisolon empfohlen, ein Wirkstoff, mit dem langjährige Erfahrungen vorliegen.

Alltagstipps für Eltern:

Haben Sie die Notfallmedikation, wie z. B. einen Prednisolon-Saft, griffbereit. Denken Sie daran, Ihrem Kind viel Ruhe und Zuversicht zu vermitteln.



Natürlicher Entzündungshemmer schwächt nachts

Kortison ist ein natürliches Hormon, das auch in unserem Körper vorkommt. Es wirkt entzündungshemmend und schwankt im Tagesverlauf. Am meisten Kortison produziert der Körper in den frühen Morgenstunden, am wenigsten gegen Mitternacht. Die meisten Pseudokrampfanfälle treten daher abends oder nachts auf, genau dann, wenn der Kortisonspiegel am niedrigsten ist und die entzündungshemmende Wirkung des natürlichen Kortisons fehlt.

Keine Angst vor Medikamenten mit Kortison:
Bei einer kurzzeitigen Anwendung hat Kortison praktisch keine Nebenwirkungen, kann aber Ihrem Kind Leid ersparen und sogar lebensrettend sein.



Medikamente unterstützen zu Hause

Ihr Arzt hat Ihnen ein geeignetes Notfallmedikament verschrieben. Wichtig ist, dass dieses im Notfall auch leicht anzuwenden ist. Es ist ohnehin eine Herausforderung, Kindern Medikamente zu geben. Ungleich schwerer ist das noch, wenn Ihr Kind nur schwer Luft bekommt und ängstlich oder sogar panisch ist. Es gibt unterschiedliche Möglichkeiten, je nachdem, welche Anwendung für Sie und Ihr Kind am einfachsten ist: Neben Zäpfchen kann auch ein Saft verwendet werden, der leicht zu verabreichen ist. Sollten sich die Symptome nach ca. 1 Stunde nicht gebessert oder sogar verschlechtert haben, kontaktieren Sie den Notdienst (112).



Zäpfchen oder Saft?

Grundsätzlich kann ein Notfallmedikament gegen Pseudokrapp vom Arzt gespritzt, per Tablette, Saft oder Zäpfchen oder über Inhalation verabreicht werden. Die Inhalation ist bei leichten und mittleren Formen auch wirksam, aber aufwendiger und gerade, wenn das Kind unruhig ist, schwierig umzusetzen.¹

Zäpfchen oder Säfte sind daher am besten für die Anwendung bei Kindern geeignet. Zäpfchen erlauben allerdings keine individuelle Dosierung und der Anteil des aufgenommenen Wirkstoffs schwankt.¹ Bei Säften geht der Wirkstoff deutlich schneller ins Blut über und kann so rascher wirken. Im Falle eines Pseudokrappanfalls kann ein Saft leicht mithilfe einer Applikationshilfe in die Bockentasche gegeben werden. Hierdurch wird beim Kind ein automatischer Schluckreflex ausgelöst und das Notfallmedikament kann seine Wirkung direkt entfalten. Ein flüssiges Medikament lässt sich in einer Stresssituation oft leichter verabreichen als ein Zäpfchen. Sie können Ihr Kind weiter auf dem Arm halten und ihm dabei den Saft geben. Die Gabe eines Zäpfchens ist im Vergleich komplizierter.

Alltagstipps für Eltern:

Unterstützen Sie Ihr Kind, bis die Wirkung der Notfallmedikation eintritt. Nehmen Sie es hoch, beruhigen es und gehen mit ihm an die frische Luft.



Ruhe bewahren – wie Eltern ihrem Kind helfen können

Eltern können vieles tun, um ihrem Kind bei Pseudokrapp zu helfen. Wir haben für Sie Checklisten für den schnellen Überblick zusammengestellt.

Pseudokrappanfall in der Nacht – To Do's

- Ruhe bewahren
- Ihrem Kind das Gefühl von Sicherheit vermitteln
- Das Kind auf den Arm nehmen
- Kleidung lockern
- Kühle und feuchte Luft atmen lassen
- Falls verordnet: Notfallmedikation griffbereit haben
- Nach dem Anfall viel trinken

**Geben Sie Ihrem Kind während des Anfalls keine feste Nahrung.
Es besteht Erstickungsgefahr!**

**Verwenden Sie keine Erkältungssalben oder sonstige
ätherische Öle!**

Vorbeugen – für die Gesundheit Ihres Kindes

- Sorgen Sie für eine ausreichend hohe Luftfeuchtigkeit in der Wohnung.
- Rauchen Sie nicht im Haus: Verunreinigte Luft und Tabakrauch können sich auf eine bestehende Infektion negativ auswirken.
- Wurden alle empfohlenen Impfungen vorgenommen?

Vorbereitung ist das A und O

- Legen Sie das Notfallmedikament dorthin, wo Sie es schnell erreichen können.
- Sprechen Sie sich untereinander ab, wer sich um was kümmert. So kann ein Elternteil das Kind aus dem Bett hochnehmen und beruhigen, während der andere schon das Medikament holt und andere erleichternde Maßnahmen vorbereitet.
- Halten Sie die Notfallnummern (112, Krankenhaus, Kinderarzt) griffbereit.



Tipps und Buchempfehlungen

Erste-Hilfe-Kurs für Eltern

Um auf Notfallsituationen richtig vorbereitet zu sein, können Sie beispielsweise einen Erste-Hilfe-Kurs machen, der Sie auf brenzlige medizinische Situationen bei Kindern vorbereitet. Deutsches Rotes Kreuz, Johanniter oder andere Anbieter veranstalten sicher auch Kurse in Ihrer Nähe. Schauen Sie doch mal im Internet oder fragen Sie bei Ihrem Arzt, im Kindergarten oder bei anderen Eltern nach. In einem solchen Kurs lernen Sie, was zu tun ist, wenn Ihr Kind sich verletzt hat, Probleme bei der Atmung hat, einen Gegenstand verschluckt hat oder was bei einem Pseudokruppanfall zu tun ist.

Buchtipps

Lesen Sie mehr zur Ersten Hilfe bei Kindern:

- Schnelle Hilfe für Kinder:
Notfallmedizin für Eltern,
Janko von Ribbeck, 12. Auflage 2017
- Erste Hilfe bei Kindern:
Die kleinen Retter,
Dr. Jessica Braun, Marcus von Jordan, 2017

Praxisstempel

Herausgeber: Pharmapol

