

Unter Beachtung der bestehenden Kontraindikation für die Gabe von Honig bei Säuglingen scheint **Honig eine solide Alternative** zur Symptomlinderung bei Infekten der oberen Luftwege im Kindesalter zu sein.



Roland Zeller
Dr. Brigitte Simmendinger
Fachärzte für Kinder- u. Jugendmedizin

Honig gegen Husten



Geschwister-Scholl-Platz 8
63741 Aschaffenburg
Tel.: 06021/585660

Husten ist einer der häufigsten Gründe zur Vorstellung in der kinderärztlichen Praxis. Besonders nachts wird der Husten als störend empfunden, da er teilweise massiv die Schlafqualität von Patienten und Familie beeinträchtigt. Leider gibt es derzeit keine einheitliche Therapieempfehlung zur Symptomlinderung.

In den USA werden jährlich über eine Milliarde Dollar für freiverkäufliche Hustenmedikamente ausgegeben. Aktiver Wirkstoff ist häufig, wie auch hierzulande, Dextromethorphan (**DM**) Pflanzliche Heilmittel werden in vielen Kulturkreisen zur Linderung von Husten angewandt.

Die Weltgesundheitsorganisation stuft Honig als ein möglicherweise wirksames Mittel zur Behandlung von Husten und Erkältungssymptomen ein. Aufgrund mangelnder wissenschaftlicher Gewissheit wurde nun in einer amerikanischen Studie der Effekt von Honig oder **DM** auf nächtlichen Husten und Schlafqualität- im Vergleich zu keiner Therapie – untersucht.

→ **In allen befragten Qualitäten zeigte die Gruppe der mit Honig behandelten Kindern die größte Verbesserung!**

Über einen Zeitraum von sieben Monaten wurden die Daten von 105 Kindern zwischen zwei und 17 Jahren erfasst. Voraussetzung zur Teilnahme war Husten seit max. 7 Tagen, der von den Eltern als störend empfunden wurde. Nicht in die Studie aufgenommen wurden Patienten, bei denen die Symptome adäquater zu behandelnder Erkrankungen wie z.B. Asthma bronchiale, Pneumonie, Laryngotracheobronchitis, Sinusitis oder allergischer Rhinitis vorlagen. Die Einnahme von Antihistaminika oder DM bis zu 24 Stunden vor Vorstellung führte ebenfalls zum Ausschluss. Die Eltern mussten auf einem Fragebogen Husten Häufigkeit, Schwere des Husten, Beeinträchtigung des Kindes durch den Husten sowie die Auswirkungen auf die Schlafqualität auf einer Skala von 0-6 bewerten.

Die Eltern bekamen in einer verschlossenen Papiertüte eine 10-ml-Spritze, die entweder mit Honig oder mit einem DM-haltigen Sirup mit Honiggeschmack gefüllt oder leer war. Auch Ärzte und Studienpersonal waren über den Inhalt der Spritzen nicht informiert. Am folgenden Tag mussten die Eltern telefonisch erneut Symptome und Schlafqualität der Nacht bewerten.

In allen Gruppen, auch in der Gruppe ohne Therapie, kam es zu einer Besserung von Hustenbeschwerden und Schlafqualität. Die mit Honig behandelten Kinder verbesserten sich jedoch signifikant stärker im Vergleich zu den nicht behandelten Kindern. Bemerkenswerterweise zeigte der direkte Vergleich zwischen Honig und DM keine signifikante Differenz, tendenziell war Honig überlegen. Eine statistische Bedeutsamkeit zwischen der DM-Gruppe und der Gruppe ohne Therapie konnte ebenfalls nicht nachgewiesen werden. Es zeigt sich eine wesentliche Überlegenheit des Honigs in Bezug auf Hustenfrequenz und Schlafqualität des Kindes.

