



Dr. Barbara Götsche-Roßkopf
Fachärztin für Kinder- und Jugendmedizin
Geleitstraße 66
63456 Hanau
Telefon: 06181 69233
Telefax : 06181 662991
e-mail: praxis@kinderarzt-hanau.de
www.kinderarzt-hanau.de

Infektanfälligkeit

Viele Kinder leiden besonders in den Wintermonaten unter häufigen Infekten der oberen Luftwege. Dies ist ein normaler und notwendiger Vorgang, da die Kinder durch die Infekte ihr Immunsystem trainieren. Hierbei handelt es sich überwiegend um leichte Infekte der oberen Luftwege wie Husten und Schnupfen (sog. "Erkältungskrankheiten"), die auch ohne jede Therapie wieder ausheilen. Bis zu 12 Infekte pro Jahr gelten als normal für ein Kleinkind. Sollte jedoch die Zahl der Infekte wesentlich höher liegen, oder treten immer wieder Infekte auf, die den Einsatz von Antibiotika erfordern, kann es sinnvoll sein, das Immunsystem durch naturheilkundliche oder homöopathische Maßnahmen zu stärken.

Frische Luft ist eines der wichtigsten Heilmittel für infektanfällige Kinder! Ihr Kind sollte sich täglich mindestens 2 Stunden im Freien bewegen bzw. im Kinderwagen spazieren gefahren werden. Dies gilt für alle Wetterlagen, bei Kälte und Regen in entsprechender Kleidung. Die Temperatur im Schlafzimmer sollte 19°C nicht übersteigen. Das Schlafzimmer muss vor dem Zubettbringen des Kindes gut gelüftet werden, eventuell nachts das Fenster offen lassen. In den Räumen, in denen das Kind sich aufhält, darf nicht geraucht werden. Auch tagsüber sollte die Raumtemperatur unter 20°C liegen. Die Heizungsluft trocknet die Schleimhäute aus und führt zu einer erhöhten Infektanfälligkeit - deshalb lieber etwas weniger heizen und dem Kind dafür einen warmen Pullover anziehen, wenn es friert. Dies gilt in besonderem Masse auch für Räume, in denen sich viele Kinder aufhalten, wie z.B. Kindergärten.

Sinnvoll sind auch abhärtende Maßnahmen wie Kneipp-Güsse oder Sauna .
Eventuell kann eine Klimaveränderung zum Meer- oder Gebirgsklima helfen.

Eine unspezifische Abwehrsteigerung kann in manchen Fällen durch Medikamente erreicht werden, hier kann z.B. **Echinacea** eingesetzt werden. Am einfachsten und preisgünstigsten wird es als homöopathische Zubereitung gegeben (Echinacea Globuli D2). Wie alle homöopathischen Medikamente sollte es in der gleichen Potenz nicht länger als ca. 2 Wochen gegeben werden.

Wenn eine Abwehrschwäche nach dem gehäuften Einsatz von Antibiotika auftritt, kann es sinnvoll sein, die Darmflora wieder neu aufzubauen. Hier werden Präparate eingesetzt, die vermehrungsfähige Darmbakterien enthalten. Der Kinderarzt wird entscheiden, welches Präparat im Einzelfall sinnvoll ist.

Auch eine Eigenbluttherapie kann bei Infektanfälligkeit helfen. Hier wird aus einem Tropfen Blut Ihres Kindes durch homöopathische Potenzierung ein Medikament hergestellt, welches genau auf die Abwehrlage des Kindes abgestimmt ist. Dies wird dann als Tropfen regelmäßig nach Anweisung eingenommen.

In vielen Fällen hilft die klassische homöopathische Therapie bei einer erhöhten Infektanfälligkeit. Da diese Mittel sorgfältig auf die Konstitution des Kindes abgestimmt werden müssen, ist hierfür in der Regel ein ausführliches Vorgespräch

(homöopathische Erstanamnese) erforderlich. Das Mittel wird in einer höheren Potenz üblicherweise nur einmalig gegeben, eine Wiederholung kann nach einigen Wochen erfolgen.