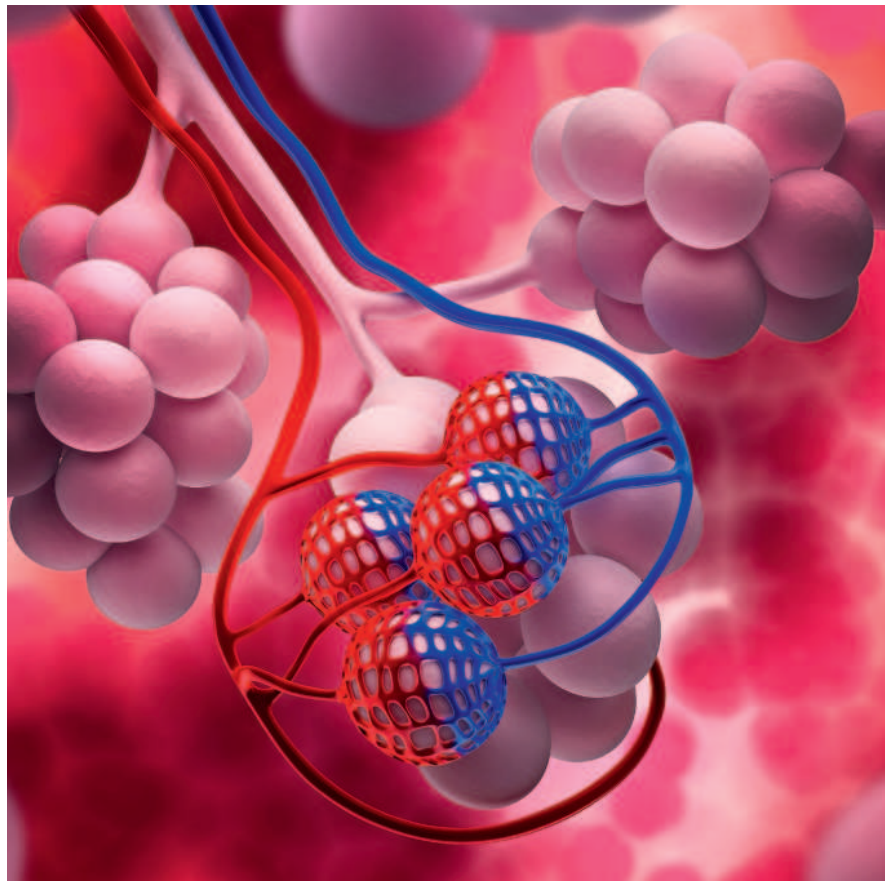




**BLICK IN DIE LUNGE**

Die Bronchien sind weit verzweigt. An ihrem Ende befinden sich die Lungenbläschen (re.).



dauert, eine lungenfachärztliche Kontrolle gut.

**So viel zur Praxis. In der Realität ist es derzeit – zumindest in Wien – schwierig rasch einen Termin bei Lungenfachärzt:innen zu bekommen. Die Wartezeit, so Informationen aus unserem Umfeld, beträgt mehrere Wochen. Was dann?**

**DR. POPP:** Ja, das ist ein großes Problem. Es gibt derzeit sehr viele Atemwegserkrankungen. Mein Rat, falls zeitnah bei Lungenfachärzt:innen kein Termin zu bekommen ist: Reden Sie noch einmal mit Ihrem Hausarzt, Ihrer -ärztin.

**Muss man Angst haben, dass der postinfektiöse Husten chronisch wird?**

**DR. POPP:** Nein. Wenn das tatsächlich ein postinfektiöser Husten ist, ist er nicht gefährlich für die Gesundheit. Wenn ein Husten nach einer Atemwegsinfektion drei bis fünf Wochen andauert, ist das unbedenklich. Sobald sich leichte Besserung einstellt, ist das ein gutes Zeichen, dass der Husten am Abklingen ist.

**Wir haben über Therapien gesprochen. Gibt es auch Behandlungen, von denen man die Finger lassen sollte?**

**DR. POPP:** Ein Thema sind Hustensäfte und -tropfen mit Codein – ein Morphin-Präparat. Diese rezeptpflichtigen Arzneien sollte man mit Vorsicht einnehmen. Codein unterdrückt den Hustenreiz im Hirnstamm. Husten ist jedoch ein Schutzreflex des Körpers, der z. B. in der Lunge verbliebenen Schleim auswirft. Wird der Hustenreiz ständig unterdrückt, verbleibt der ‚Dreck‘ in der Lunge. Das will man vermeiden. Kann man

allerdings einmal gar nicht schlafen, darf man das Codein-Präparat ohne Bedenken nehmen. Jedoch nicht über zwei Wochen hindurch mehrmals täglich.

**Kann man einer Verschleppung des Hustens vorbeugen?**

**DR. POPP:** Vor allem bei Menschen mit der chronisch entzündlichen Erkrankung Asthma und mit Allergien können Atemwegsinfekte länger andauern und sich auf die Lunge schlagen. Diesen Patient:innen rate ich, sobald ein Husten beginnt, einen entzündungshemmenden Inhalator (Anm.: Asthma-Spray) zu verwenden. Mit diesem kann man gut vorbeugen. Auch eine Befeuchtung der Bronchien durch hohe Luftfeuchtigkeit und viel Trinken ist wichtig. Falls Schnupfen dabei ist: darauf achten, dass die Nase frei bleibt – vor allem vor dem Schlafengehen. So verhindert man den Post-Nasal-Drip – also das Hinuntertropfen von Sekret in den Rachenraum. Das kann nämlich ebenfalls zu einem sehr mühsamen Husten führen. Ich empfehle eine Zeit lang (Anm.: nicht länger als zehn Tage – Gefahr des Gewöhnungseffekts) vor dem Schlafengehen Nasentropfen einzunehmen, um die Nase frei zu halten und so eine Reizung der Bronchien zu reduzieren.

NINA FISCHER ■

**SENSIBLE BRONCHIEN**

**DAS BRONCHIALSYSTEM DER LUNGE**  
Die Bronchien, die Äste der Luftröhre (Trachea), sind Teil des Atemwegssystems und dienen dazu, die Luft von der Luftröhre in die Lunge zu transportieren. Sie verzweigen sich in kleinere Röhren, die als Bronchiolen bezeichnet werden. Am Ende der Röhren liegen rund 300 Millionen Lungenbläschen. Durch die Bronchien wird Atemluft zu den Lungenbläschen transportiert. Sie haben zusammen eine Oberfläche von rund 100 Quadratmetern und ermöglichen, dass wir genug Sauerstoff aus der Atemluft aufnehmen können.

**WAS DIE BRONCHIEN SCHWÄCHT**  
Zu den häufigsten Faktoren gehören Rauchen und Luftverschmutzung, die Entzündungen und Verengungen verursachen können. Allergien, Infektionen wie Bronchitis oder Asthmaanfälle können ebenfalls die Bronchien schwächen. Langfristig kann dies zu chronischen Atemproblemen führen. Eine gesunde Lebensweise, Vermeidung von Schadstoffen und regelmäßige Bewegung tragen dazu bei, die Bronchien zu stärken und ihre Funktion zu unterstützen.