

# Gegen den Husten

Mit Beginn der nasskalten und kühleren Jahreszeit kommen wieder vermehrt Menschen in die Apotheke, die unter **Bronchialbeschwerden** leiden. In den meisten Fällen schaffen Schüssler-Salze schnell Abhilfe.



© acik / 123rf.com

**H**äufig steckt hinter einem Husten eine bakterielle Infektion der Atemwege, seltener sind Viren die Ursache. Andere Auslöser wie eine Reizung der feinen Bronchialverästelungen und der Lungenschleimhaut sind die Inhalation von Staub oder es handelt sich um allergische Reaktionen wie auf Pollen. Diese führen in der Folge zu asthmatoiden Beschwerden (siehe Asthma bronchiale).

Nicht zu vergessen ist der psychogene Husten, der bei Aufregung und Anspannung auftritt (Kitzelhusten). Die meisten grippalen Infekte werden von einem Husten begleitet und hier haben sich die Entzündungssalze Nr. 3, Nr. 4 und Nr. 6 (Ferrum phosphoricum, Kalium chloratum, Kalium sulfuricum) stets bewährt. Rauchen verursacht eine permanente Reizung der Atemwege und führt zu chronischem Husten mit Schleimauswurf.

**Unterschiede** Bei trockenem, reizendem Husten und beginnender Bronchitis ist die Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 das wichtigste Salz. Empfehlen Sie Ihren Kunden in den ersten Stunden eine Stoßtherapie (viertelstündlich eine Tablette). Bei Husten aufgrund einer Bronchitis mit erhöhter Temperatur, Schmerzen im Brustkorb und bräunlich-gelblichem Auswurf haben drei Salze in meiner Praxis stets hervorragende Wirkung gezeigt: Nr. 14 Kalium jodatum D6, Nr. 17 Manganum sulfuricum D6 und Nr. 20 Kalium Aluminium sulfuricum D6. Ich lasse sie gerne alle zusammen einnehmen und empfehle auch Ihnen dieses Vorgehen. Je Salz und Tag genügen zwei bis vier Tabletten. Dabei können Sie eines vormittags, eines nachmittags und das letztere im Laufe des Abends einnehmen lassen.

**Chronischer Husten** Hier ist eine Kombination der Salze Nr. 15 Kalium jodatum D6 und Nr. 24 Arsenum jodatum D6 angezeigt. Bei Krupphusten der Kinder kommt in erster Linie die Nr. 4 Kalium chloratum D6 zur Anwendung, gegebenenfalls zusätzlich die Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 als „Heiße Sieben“. Bei feuchtem Husten mit gelblichem Auswurf sowie bei chronischem Husten und Raucherhusten passt das Salz des dritten Entzündungsstadiums, die Nr. 6 Kalium sulfuricum D6. Ist der Auswurf eher wässrig und besteht zusätzlich eine feuchte Aussprache und übermäßige Schleimbildung, empfehlen Sie Ihren Kunden

die Nr. 8 Natrium chloratum D6 – alternativ hierzu auch die Nr. 14 Kalium bromatum D6. Dieses Ergänzungsmittel ist auch dann zutreffend, wenn bräunlicher Auswurf mit erschweremtem Atmen vorliegt. Eine Kombination mit der Nr. 21 Zincum chloratum D6 beschleunigt den Heilverlauf.

**Trockener Husten** Wenn der Husten trocken und krampfartig ist, auch bei Kitzelhusten, ist das wichtigste Salz die Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 (am besten mehrmals täglich als „Heiße Sieben“). Brennt beim trockenen Husten gleichzeitig die Mundschleimhaut und liegt Erschöpfung vor, passen am besten die Nr. 5 Kalium phosphoricum D6 und Nr. 8 Natrium chloratum D6 (beide Salze im Wechsel einnehmen). Bei anfallartigem trockenem Husten, vor allem bei feuchter Witterung, ist die Nr. 10 Natrium sulfuricum D6 angezeigt. Tritt der anfallartige Husten zusammen mit einer Erkältung auf, dann geben Sie die beiden Entzündungssalze Nr. 3 Ferrum phosphoricum D12 und Nr. 4 Kalium chloratum D6.

**Asthma bronchiale** Mein Schema: Morgens die Nr. 5 Kalium phosphoricum D6, mittags die Nr. 6 Kalium sulfuricum D6 und abends die Nr. 7 Magnesium phosphoricum D6 – lassen Sie jedes Salz analog der „Heißen Sieben“ und alle zusammen für vier Wochen lang einnehmen. ■

Günther H. Heepen,  
Heilpraktiker und Autor

In Deutschland werden jährlich circa  
**673.000 Babys**  
geboren.

Zusammen mit Ihnen helfen wir mit,  
dass sie gesund zur Welt kommen.\*

Empfehlen Sie FEMIBION,  
das einzige Versorgungskonzept  
mit Folsäure und Metafolin®.

FEMIBION enthält die patentierte Folatform Metafolin®,  
die von nahezu allen Frauen optimal verwertet werden  
kann. Denn viele Frauen können herkömmliche  
Folsäure aufgrund einer reduzierten Enzymaktivität  
nicht vollständig verstoffwechseln. Gemeinsam mit  
DHA unterstützt FEMIBION so die gesunde Entwicklung  
des Babys. Entwickelt in 50 Jahren Folat-Forschung.



FEMIBION, in jeder  
Entwicklungsphase entscheidend.

\*Folat trägt zum Wachstum der Plazenta während der Schwangerschaft bei. Die Aufnahme von DHA durch die Mutter trägt zur normalen Entwicklung des Gehirns und der Augen beim Fötus und beim gestillten Säugling bei. Hierfür sollten zusätzlich zu der für Erwachsene empfohlenen Tagesmenge von 250 mg Omega-3-Fettsäuren täglich 200 mg DHA zugeführt werden.

\*\*Merck, Gynäkologen-Tracking, 06/14, Ipsos.