



## Nächtliche Hustenattacken: So wird die Nacht nicht zum Albtraum

Von Rothenburg-Partner

Erstellt am 12 Feb 2014 - 16:09

Schlaf ist die beste Medizin, an diesem Sprichwort ist wirklich etwas Wahres dran. Denn nachts laufen wichtige Heilungsprozesse ab und der Körper kann neue Energie tanken. Wenn wir krank sind, ist ein erholsamer Schlaf daher besonders wichtig für eine schnelle Genesung. Doch oft wird gerade dann die Nachtruhe besonders häufig gestört. Lästigster Störfaktor: Nächtliches Husten.

Husten ist ein Schutzreflex der Atemwege, der die Bronchien von Fremdkörpern wie Staub, Pollen, Viren oder Bakterien befreit. Sind wir erkältet, befördert der Organismus durch das Husten Krankheitserreger sowie Sekret aus den unteren Atemwegen. Dieser Mechanismus ist zwar notwendig, kann aber sehr lästig sein. Nicht nur bei Konzerten oder im Theater kann ständiges Husten stören, auch wer schlafen möchte, leidet unter Hustenattacken. Außerdem ist die mukoziliäre Clearance, der Selbstreinigungs-mechanismus der Atemwege, bei Erkrankungen der Atemwege eingeschränkt und wir müssen den entstandenen Schleim verstärkt abhusten. Besonders wenn das Sekret festsitzt und sehr zähflüssig ist, kann das ein schmerzhafter und nervenaufreibender Vorgang sein, der die Nacht zum Albtraum werden lässt.

Kombination ätherischer Öle reduziert nächtliche Hustenattacken

Meist beginnt ein Atemwegsinfekt mit Halsschmerzen und Schnupfen. Ist der natürliche Selbstreinigungsprozess der Atemwege durch die verstärkte Schleimbildung eingeschränkt, kommt Husten als zusätzlicher Reinigungsmechanismus hinzu. Gelangen die Erreger allerdings bis weit in die unteren Atemwege, entzündet sich die Bronchialschleimhaut. Die Becherzellen produzieren vermehrt zähflüssiges Sekret, die feinen Flimmerhärchen verkleben und können die Reinigungsfunktion nicht mehr erfüllen. Jetzt ist es wichtig, die mukoziliäre Clearance zu unterstützen und den Schleimtransport aus den Atemwegen zu erleichtern. Hier hat sich der pflanzliche Wirkstoff Myrtol®\* bewährt. GeloMyrtol® forte mit dem rein pflanzlichen Myrtol® löst den festsitzenden Schleim, erleichtert das Abhusten und sorgt dadurch für weniger quälende Hustenattacken. Eine Studie zeigt: Nicht nur die täglichen Hustenanfälle der Patienten konnten unter der Behandlung mit GeloMyrtol® nach sieben bis neun Tagen um 62,1 Prozent gesenkt werden. Auch nachts verringerte sich der Husten. Die Myrtol®-Patienten litten seltener an nächtlichen Hustenanfällen und konnten entspannter schlafen als diejenigen unter Placebo. Auch der Bronchitis Severity Score, ein Index aus Husten, Auswurf, Atemnot, Rasselgeräuschen und Brustschmerzen, verbesserte sich signifikant.

Das Destillat aus Eukalyptus-, Süßorangen-, Myrten- und Zitronenöl wirkt nicht nur schleimlösend und auswurfördernd, sondern auch antibakteriell, antientzündlich und bekämpft zusätzlich freie Radikale. Eine wesentliche Bedeutung bei der Behandlung von Infekten der unteren Atemwege hat außerdem die Wiederherstellung der Selbstreinigungsfunktion der Atemwege, der mukoziliären Clearance. 27 klinische Studien an 7.200 Patienten bestätigen die Rolle von Myrtol® als effektivem Unterstützer der mukoziliären Clearance. Bildgebende Verfahren bescheinigen GeloMyrtol® eine deutliche Steigerung der mukoziliären Transportgeschwindigkeit und eine deutliche Beschleunigung des Selbstreinigungsmechanismus.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:19): <http://www.medkom24.eu/node/18773>