

Linderung bei leichten Beschwerden

Arzneitees für Kinder

Hannover, 10.01.2024 - Bei Husten, Schnupfen oder leichten Bauchschmerzen können verschiedene Teesorten Kindern eine wohltuende Hilfe sein. Die Apothekerkammer Niedersachsen rät Eltern, bei der Auswahl von Arzneitees auf die Symptome und das Alter ihres Kindes zu achten und sich von den Fachteams in den Apotheken beraten zu lassen. Laut einer aktuellen Richtlinie der Europäischen Arzneimittelagentur EMA sind bestimmte Fenchelteesorten für Kinder unter vier Jahren nicht geeignet und sollten auch für Kinder unter elf Jahren nur eingeschränkt verwendet werden.

Arzneitees bei Erkältungen

Kinder ab einem Jahr dürfen bis zu dreimal täglich eine Tasse Thymiantee trinken. Thymiantee hilft symptomatisch bei Erkältungen, Bronchitis und Keuchhusten. Er kann das Abhusten durch Schleimlösung fördern und gleichzeitig den Hustenreiz mildern. Thymian ist auch ein häufiger Bestandteil von Hustensäften. Weitere Heilpflanzen, die als Tee Linderung bei Erkältungen und Husten verschaffen können, sind Lindenblüten, Holunderblüten sowie Eibischblätter und -wurzel.

Die glorreichen drei gegen Bauchschmerzen

Anis- und Kümmelsamen können einzeln oder in Kombination effektiv bei Bauchschmerzen helfen und sind auch für Säuglinge geeignet. Der Tee kann zum Beispiel dem Fläschchen hinzugefügt werden. Anistee kann bei Bauchkrämpfen unterstützen und Kümmeltee die Verdauung fördern. Zudem helfen beide Teesorten gut gegen Blähungen. Die Europäische Arzneimittelagentur EMA rät von der Gabe von Fencheltee für Kinder unter vier Jahren ab und empfiehlt ihn für Kinder unter elf Jahren nur sehr zurückhaltend. Sie hat Fencheltees mit einem hohen Estragolgehalt als leberschädigend und krebserregend eingestuft. Zudem ist auch der Nachweis der Wirksamkeit von Fencheltee bei unruhigen Säuglingen nicht ausreichend belegt.

Weitere Arzneitees bei Bauchschmerzen

Für Kinder ab sechs Jahren kann bei Bauchschmerzen Pfefferminzblätterttee empfohlen werden. Dieser kann Bauchkrämpfe lindern und die Gallenproduktion fördern. Melissenblätter können krampflösend und beruhigend wirken, weshalb sie Kindern mit nervösem Magen oder mit Einschlafstörungen empfohlen werden können.

Kamille hat eine Sonderrolle

Kamillenblütentee enthält Öle, die krampflösend und entzündungshemmend wirken können. Er ist besonders hilfreich gegen Blähungen und Bauchschmerzen. Darüber hinaus kann Dampfinhalation mit Kamillenblütentee Erkältungen lindern. Kamillentee wird in der Regel gut vertragen, obwohl in sehr seltenen Fällen allergische Reaktionen auftreten können.

Was unterscheidet Arzneitees von Lebensmitteltees?

Arzneitees, die ausschließlich in Apotheken erhältlich sind, unterliegen einer strengen Prüfung nach

dem Arzneibuch. Sie erfüllen strenge Kriterien für Identität, Reinheit und Gehalt und sind frei von Schadstoffbelastungen. Kamillentee, der als Arzneitee verkauft wird, muss beispielsweise ausschließlich aus Blüten bestehen, da daraus das wirksame Kamillenöl gewonnen wird. Im Gegensatz dazu, kann Kamillentee, der als Lebensmitteltee verkauft wird, auch Teile des Krautes sowie Stängel im Teebeutel enthalten. Daher variiert der Wirkstoffgehalt an ätherischem Kamillenöl in Lebensmitteltees.

Eltern sollten bei der Anwendung von Arzneimitteltees stets die vom Hersteller empfohlenen Dosierungen und Altersgrenzen beachten. Bei Fragen oder Unsicherheiten sollten sie sich an das Fachpersonal in örtlichen Apotheken wenden, um die geeigneten Teesorten für ihre Kinder auszuwählen.

Der Apothekerkammer Niedersachsen gehören mehr als 8.000 Mitglieder an. Die Apothekerin und der Apotheker sind fachlich unabhängige Heilberufler:innen. Der Gesetzgeber hat den selbstständigen Apotheker:innen die sichere und flächendeckende Versorgung der Bevölkerung mit Arzneimitteln übertragen. Der Beruf erfordert ein vierjähriges Pharmaziestudium an einer Universität und ein praktisches Jahr. Dabei erwerben die Studierenden Kenntnisse in pharmazeutischer Chemie und Biologie, Technologie, Pharmakologie, Toxikologie und Klinische Pharmazie. Nach dem Staatsexamen erhalten die Apotheker:innen eine Approbation. Nur mit dieser staatlichen Zulassung können sie eine öffentliche Apotheke führen. Als Spezialist:innen für Gesundheit und Prävention beraten die Apotheker:innen die zur Ausübung der Heilkunde berechtigten Personen kompetent und unabhängig über Arzneimittel und apothekenpflichtige Medizinprodukte. Apotheker:innen begleiten Patient:innen fachlich, unterstützen menschlich und helfen so, die Therapie im Alltag umzusetzen.