

## Nasentropfen für Kinder und Säuglinge richtig dosieren

**Hannover - Kinder und Säuglinge leiden in der Winterzeit besonders häufig unter einer triefenden oder verstopften Nase. Das erschwert das Trinken für Babys und macht es erkälteten Kindern schwer einzuschlafen, da sie kaum Luft bekommen. Oft schwillt auch die Verbindung zwischen Nase und Ohr zu, was zu einer fehlenden Belüftung führen kann und dann zu einer Flüssigkeitsansammlung im Innenohr. Dies kann zu Mittelohrentzündungen mit Ohrenscherzen führen. Je nachdem, wie schwer die Symptome sind, ob es weitere Erkrankungen gibt und wie alt das Kind ist, kann eine Mittelohrentzündung auch mit Antibiotika behandelt werden. Nasentropfen können helfen, indem sie starke Erkältungssymptome lindern, schwerwiegende Mittelohrentzündungen verhindern und für ruhige Nächte sorgen, erklärt die Apothekerkammer Niedersachsen.**

### **Nasentropfen gehören in die Hausapotheke**

Wer Kinder im Haus hat, sollte unbedingt Nasentropfen in der Hausapotheke vorrätig haben. Jedes Familienmitglied sollte sein eigenes altersgerechtes Präparat haben. Am besten ist es, die Fläschchen zu beschriften, damit es nicht zu Verwechslungen kommt. Bei der wiederholten Verwendung der Nasensprays oder -tropfen nach einer Erkältungssaison passiert es ganz schnell, dass Krankheitserreger ans oder ins Fläschchen kommen und sich dann andere Familienmitglieder oder man selbst bei der Benutzung erneut infizieren. Nachdem eine Infektion ausgeheilt ist, sollten die angebrochenen Sprays oder Tropfen nicht wiederverwendet, sondern entsorgt werden.

Unbedingt ist auch zu beachten, dass Nasensprays für Erwachsene nicht für Kinder geeignet sind. Die Dosierung des Wirkstoffs ist viel zu hoch und kann zu schwerwiegenden Nebenwirkungen bei Babys und Kleinkindern führen, wie zu einer schnelleren Austrocknung der Nasenschleimhäute. Statt gefäßverengender Nasentropfen sollte bei Säuglingen und Kleinkindern auf therapeutische Alternativen wie physiologische Kochsalzlösung zurückgegriffen werden.

### **Tipps aus dem Internet kritisch hinterfragen**

Aktuell kursieren im Internet Videofilme, bei denen Kleinkindern mit einer Einwegspritze Salzwasser in die Nasenlöcher eingespritzt wird. Davon ist dringend abzuraten. Bei dieser Methode wird sehr viel Druck auf die empfindlichen Schleimhäute und engen Nasengänge ausgeübt. Tipps aus dem Internet sollten grundsätzlich kritisch hinterfragt und mit Apotheker:innen besprochen werden.

### **Altersgerechte Dosierung**

Abschwellende Nasentropfen, die einen Arzneistoff wie Xylometazolin oder Oxymetazolin enthalten, sind altersabhängig konzentriert und müssen entsprechend dosiert werden. Diese Wirkstoffe dürfen in der Selbstmedikation nur bis zu dreimal täglich und an maximal sieben aufeinanderfolgenden Tagen angewendet werden. Eine Überdosierung oder ein zu langer Gebrauch führt zum Austrocknen der Schleimhäute mit begleitender Schwellung, was zum weiteren Einsatz des Wirkstoffes verleitet. Wer in diesen Teufelskreis geraten ist, kann in der Apotheke Tipps zur Entwöhnung erhalten.

### **Nasentropfen für Säuglinge und Kleinkinder**

Während Erwachsene oft Nasensprays bevorzugen, haben viele Kleinkinder Angst davor. Für die genaue Dosierung von Nasentropfen gibt es Dosiertropfer, die wie Nasensprays aussehen, aber genau einen Tropfen Flüssigkeit ohne viel Druck abgeben, ohne Sprühnebel. Mit einer Pipette hingegen können mehrere Tropfen aufgezogen, aber die genaue Anzahl der Tropfen pro Nasenloch nicht eindeutig bemessen werden.

### **Nasentropfen richtig verabreichen**

Säuglinge und Kleinkinder sollten zur Verabreichung von Nasentropfen auf dem Rücken liegen. Nach der Gabe eines Tropfens in das rechte Nasenloch dreht man den Kopf des Kindes leicht nach rechts. Nach der Anwendung im linken Nasenloch wird der Kopf nach links gedreht. So gelangt der Wirkstoff bis in die oberen Nasengänge. Bei älteren Kindern kann ein Nasenspray im Sitzen oder Stehen angewendet werden. Durch das anschließende Zurücklegen des Kopfes und das Hochziehen der Flüssigkeit lässt sich der Wirkstoff gut verteilen.

### **Verschiedene Nasensprays**

Wer auf die abschwellenden Wirkstoffe Xylometazolin oder Oxymetazolin verzichten möchte, kann hypertone Nasentropfen oder -sprays verwenden. Diese enthalten eine höhere Salzkonzentration als die Schleimhäute. Durch diesen Konzentrationsunterschied entsteht ein osmotischer Effekt – den Nasenschleimhäuten wird Wasser entzogen und lässt sie abschwellen. Auch helfen befeuchtende Nasensprays mit physiologischer, 0,9-prozentiger Salz- oder Meersalzkonzentration, borkigen oder festen Schleim zu lösen.

### **Bei Nasenbluten oder Allergien**

Bei Nasenbluten durch Operationen an der Nase, den übermäßig langen Gebrauch des falschen Nasensprays oder zu trockene Raumluft helfen ölige oder auch wässrige, pflegende Nasensprays zum Beispiel mit Dexpanthenol. Gegen allergischen Schnupfen gibt es spezielle Nasensprays mit antiallergischen Wirkstoffen oder Kortison. Bei Pollenallergien oder anderen Allergenen, die direkt die Nasenschleimhaut reizen, können auch ölige Nasensprays oder Nasensalben als physikalische Barriere wirken.

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.