

Erwin Häringer, München

Erkältungssymptome: Wann hört die Selbstbehandlung auf?

Erkältungen sind vor allem in der Zeit zwischen Oktober und März in der Hausarztpraxis etwas Alltägliches. Etwa 15 bis 30 Prozent der Erwachsenen und etwa 10 Prozent der Kinder leiden dabei an einer bakteriell bedingten Angina. Patienten mit einer **bakteriell bedingten Angina** klagen über starke Halsschmerzen und Schluckbeschwerden, jedoch nicht über Husten oder Schnupfen. Treten dagegen die Halsschmerzen gleichzeitig mit weiteren allgemeinen Erkältungssymptomen auf, spricht das eher für eine **viral bedingte Infektion**.

Influenza ist eine virale Atemwegserkrankung mit systemischen Symptomen wie Fieber und Gelenkschmerzen, die vor allem als Zeichen der Immunantwort des Organismus auftreten. Aufgrund der Beschwerden kann Influenza auch vom Laien grundsätzlich von einer „banalen“ Erkältungserkrankung unterschieden werden.

Patienten mit verstopfter Nase, Halsschmerzen und Husten, ohne jedoch die charakteristischen Symptome Fieber und Gelenkschmerzen, haben keine Influenza.

Aufgrund folgender Symptome

- ✓ allgemeines schweres Krankheitsgefühl
- ✓ plötzlicher Krankheitsbeginn
- ✓ plötzlich auftretendes starkes Fieber
- ✓ Kopfschmerzen
- ✓ Gelenkschmerzen
- ✓ Schüttelfrost
- ✓ trockener Husten
- ✓ Lichtscheu
- ✓ Appetitlosigkeit
- ✓ Geräuschempfindlichkeit

kann die Diagnose „Influenza“ klinisch gestellt werden.

Wie mehrere Studien gezeigt haben, beträgt die **Korrelation zwischen klinischer Diagnose und der im Labor** tatsächlich nachgewiesenen Influenza-Infektion über 80 Prozent (*The Lancet 1998*). Das ist auch für den Krankheitsverlauf von wesentlicher Bedeutung, da bei einer raschen klinischen Diagnosestellung sofort eine Therapie eingeleitet werden kann. Hier kann dann das in der Allgemeinmedizin geltende Gebot des „abwendbaren gefährlichen Verlaufs“ zum Tragen kommen.

Typisch für die Influenza-Erkrankung ist, dass das **Fieber** am Beginn plötzlich, aus heiterem Himmel (sudden onset) auftritt, und schnell Werte von 38 bis 40 Grad Celsius erreicht. Es kann drei bis vier Tage anhalten. Ein erneuter Fieberanstieg um den dritten Krankheitstag weist auf den Beginn einer bakteriellen Superinfektion hin. Kopf- und Gelenkschmerzen stehen bei vielen Patienten im Vordergrund der Symptome.

Symptome im Bereich der Atemwege sind trockener(!) Husten, geschwollene Schleimhäute und Halsschmerzen. Für den kundigen Arzt ist die flammende Röte im Rachen und ein geschwollenes Zäpfchen ein sicherer Hinweis auf die Influenza. Am „verrotzt“, „verheult“, „geschwollenem“ Aussehen erkennt der Arzt eine akute Influenza-Infektion.

Diese Patienten benötigen praktisch immer einen Hausbesuch, damit die Infektionskette unterbrochen wird. **Jeder Patient also, der neben hohem Fieber mindestens zwei der folgenden Symptome bei sich feststellt: trockener Husten, Halsschmerzen, Muskel- und Gelenkschmerzen, Kopfschmerzen, verstopfte oder laufende Nase, Erbrechen, wässriger Durchfall (bei Kindern auch Nahrungsverweigerung und Dauerschreien), sollte seinen Arzt telefonisch konsultieren, und erst nach Absprache mit ihm eventuell die Praxis aufsuchen.**

Influenzaabstriche (z.B. Schnelltests auf Influenza H1N1) sind in der Regel nicht sinnvoll (*Evaluation of rapid influenza diagnostic tests of novel influenza (h1n1) virus.mmwr2009;58(30):826-829*). Die aktuelle Empfehlung lautet, dass auch Patienten mit der neuen **Schweinegrippe** empirisch behandelt werden sollten (cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/mm5830a2.htm).

Besondere Vorsicht gilt in der **Schwangerschaft** im 2. oder 3. Trimenon, hier sind immer eine intensive Diagnostik und eine enge Verlaufskontrolle erforderlich. Zeigt ein Patient **schwere Symptome** wie Atemnot, Hypoxämie, hypovolämischen Schock oder Verwirrtheit, ist eine Klinikeinweisung angezeigt.

Die Schweinegrippe und ihr bisheriger Verlauf erlauben aber eigentlich kein Schreckensszenario. In Mexiko etwa, dem Ausgangspunkt der Infektion, werden keine neuen Fälle mehr gemeldet, und in Europa verliefen bisher die meisten Infektionen ausgesprochen mild.

*Erwin Häringer, M.D., Ph.D.
Arzt für Allgemeinmedizin, Naturheilverfahren
Dozent der Landesärztekammer
Lehrpraxis und Lehrauftrag der LMU
Karl-Theodor-Str. 93
80796 München
E-Mail: erwin.haeringer@gmx.de*