

Hustenlöser nicht nach 17 Uhr einnehmen

Bei Hustenmitteln auf die Uhrzeit achten – zentral dämpfende Hustenstiller nur abends



Baierbrunn (ots) – Ob trocken oder verschleimt – je nach Art des Hustens ist nicht nur das passende Medikament auszuwählen, sondern es sollte auch zur richtigen Uhrzeit eingenommen werden. Stört trockener Reizhusten die Nachtruhe, „kann vor dem Schlafengehen ein zentral dämpfender Hustenstiller angebracht sein“, erklärt die Apothekerin Christa Kahle aus dem oberfränkischen Hof im Gesundheitsmagazin „Apotheken Umschau“. Da solche Präparate die Fahrtüchtigkeit beeinträchtigen können, dürfen sie nicht tagsüber eingenommen werden. Pflanzliche Alternativen sind Hustenstiller mit Isländisch Moos oder Eibisch, die die gereizte Rachenschleimhaut mit einer Schutzschicht überziehen. „Hustenlöser sollten dagegen nicht nach 17 Uhr verwendet werden“, betont Kahle. Damit der Schleim vollständig abtransportiert werden kann, empfiehlt die Apothekerin, viel zu trinken. „Günstig sind Hustentees und Brausetabletten, die in einem Glas Wasser aufgelöst werden.“

Das Gesundheitsmagazin „Apotheken Umschau“ 11/2016 B liegt in den meisten Apotheken aus und wird ohne Zuzahlung zur Gesundheitsberatung an Kunden abgegeben.



Q:Apotheken-Umschau