



standret – stock.adobe.com

17. Dezember 2024, 7.25 Uhr

ERKÄLTUNGEN

## Nasentropfen mit Salzwasser verkürzen Infekte

**Nasentropfen mit Salzwasser können laut einer Studie in hoher Konzentration die durchschnittliche Dauer einer Verkühlung bei Kindern von durchschnittlich acht auf sechs Tage verkürzen. Zudem werden weniger andere Medikamente benötigt – und auch die Ansteckungsgefahr für Familienmitglieder soll sinken.**

Im Durchschnitt erleiden Kinder acht bis zwölf Infektionen im Jahr. Meist steigt die Anzahl der Erkältungen und Krankheiten rasant mit dem Eintritt in den Kindergarten an, da hier eine hohe Ansteckungsgefahr herrscht. Oft infizieren sich auch andere Familienmitglieder. Für Eltern stellt die Betreuung der kranken Kinder neben dem Beruf oft bereits schon für sich eine Herausforderung dar.

Das Interesse der Wissenschaft an der Behandlung von Infekten bei Kindern ist daher hoch. Die Universität Edinburgh in Schottland hat in einer Studie nun ein beliebtes Hausmittel aus Südostasien unter die Lupe genommen: Die Behandlung von Erkältungen mit Salzwasser.

Insgesamt wurden zunächst 407 Kinder im Alter von bis zu sieben Jahren für die Studie ausgewählt. 301 von ihnen entwickelten während der Laufzeit der Untersuchung tatsächlich eine Erkältung. 150 der kranken Kinder wurden von ihren Eltern mit Meerwasser-Nasentropfen behandelt, wobei zuvor eine Einschulung stattfand. Die übrigen 151 kleinen Patientinnen und Patienten wurden wie gewohnt von ihren Eltern betreut.

## Zwei Krankentage weniger durch Salzwassertropfen

Jene Kinder, die auf herkömmliche Art und Weise betreut wurden, zeigten im Durchschnitt acht Tage lang typische Symptome einer Infektion wie Husten, Schnupfen und Fieber. Die Gruppe, die hingegen Meersalz-Tropfen erhielt, war im Schnitt nur sechs Tage lang krank. Auch infizierten sich mit 46 Prozent weniger Haushaltsmitglieder bei den mit Salzwassertropfen behandelten Kindern, während es 61 Prozent bei der Vergleichsgruppe waren.

Diese vorläufigen Studienergebnisse, die auf dem größten europäischen Kongress zum Thema Atemwegserkrankungen diesen Herbst in Wien vorab präsentiert wurden, haben sogar Studienleiter Steve Cunningham überrascht: „Ist ein Kind krank, ist meist die gesamte Familie davon betroffen. Bisher gibt es nur Medikamente wie Paracetamol oder Ibuprofen, die Symptome lindern können, doch nichts, damit die Erkältung rascher abklingt.“

## Höhere Salzkonzentration hilft

Die Salzwasserbehandlung erfolgte viermal täglich, wobei jeweils drei Tropfen in jedes Nasenloch verabreicht wurden – und das mit einer so genannten hypertonen Lösung, deren Salz-Anteil 2,6 Prozent betrug. So werden generell Kochsalzlösungen genannt, die eine höhere Natriumchlorid-Konzentration als das Blutplasma aufweisen, dessen Wert bei 0,9 Prozent liegt.

In der hohen Konzentration vermutet Cunningham die Wirkung der Tropfen: „Salz besteht aus Natrium und Chlorid. Letzteres verwenden Zellen, um eine sogenannte hypochlorige Säure herzustellen, mit der sie Virusinfektionen bekämpfen können. Wenn diese Zellen vor allem in der Nase und den Schleimhäuten also eine Extraportion Chlorid bekommen, produzieren sie mehr von dieser Säure und somit ist ihre Immunabwehr gestärkt.“

## Niedrigere Dosierung in Österreich

Die Behandlung von Erkältungen mit Hilfe von Salzwasser ist auch in Österreich weit verbreitet, nur erhalten Kinder hier oft eine isotone oder hypotone Kochsalzlösung, deren Konzentration bei oder unter 0,9 Prozent liegt.

Reinhold Kerbl, Leiter der Abteilung für Kinder- und Jugendheilkunde im Krankenhaus Leoben, hat die Erfahrung gemacht, dass höher konzentrierte Salzwasserbehandlungen besser wirken: „Ich habe bei der Behandlung von Kindern mit Bronchitis oder ähnlichen Atemwegsinfekten zu Inhalationen mit Salzwasserlösungen von bis zu drei Prozent geraten. Jedoch hat das Pflegepersonal rückgemeldet, dass die Kinder den intensiven Salzgeschmack ablehnen und deshalb die Inhalation oft verweigern.“

Die österreichische Gesellschaft für Kinder- und Jugendheilkunde wartet nun die Ergebnisse der britischen Studie ab, die demnächst publiziert werden sollen. Empfehlungen zu einer Änderung der bisherigen Praxis bei der Behandlung von Erkältungen bei Kindern könnten folgen.

Tina Goebel, ORF Wissen

Zur Studie



*Dieser Beitrag begleitet die Sendungen „Mayrs Magazin“, ORF2, 13. Dezember 2024, „Guten Morgen mit Ö1“ und „Wissen Aktuell“, Ö1, 17. Dezember 2024.*