

Atemwegserkrankungen bei Kindern: „Seeluft ist im Winter noch wirksamer“



Immer mehr Kinder leiden unter Atemwegsinfekten wie Bronchitis, Mittelohrentzündung, Nebenhöhlenentzündung und Mandelentzündung. Besonders in der kalten Jahreszeit haben diese Erkrankungen wieder Hochsaison. Vitafil sprach darüber mit Dr. Stefan Berghem, Spezialist für Kinder- und Naturheilkunde. Seit 20 Jahren ist er in der Kinderrehabilitation tätig. Dr. Berghem ist der Chefarzt der Ostseestrandkliniken „Klaus Störtebeker“, wo er bislang etwa 2000 Patienten behandelt hat.

Wieso sind vor allem Kinder so infektanfällig?

Dr. Berghem: Kinder haben anfangs noch keine Abwehrkräfte gegen die all gegenwärtigen Krankheitserreger. Ihr Immunsystem muss erst alle üblichen Viren und Bakterien kennenlernen. Das geschieht meist indem sie krank werden.

Was passiert, wenn die Atemwegserkrankungen nicht oder zu spät behandelt werden?

Dr. Berghem: Glücklicherweise werden die meisten Atemwegsinfekte folgenlos überstanden. Bei manchen besonders aggressiven Krankheitserregern oder bei einer Schwäche des Immunsystems kann es aber zu einer erheblichen Zunahme der Beschwerden bis hin zu einer Lungenentzündung kommen. Die Erkrankung kann aber auch chronisch werden und beispielsweise zu einer chronischen Nasennebenhöhlenentzündung führen. Bei einigen Infektionen sind auch schwere Komplikationen bei den Kindern zu befürchten, wenn sie nicht rechtzeitig und konsequent behandelt werden. So kann es zum Beispiel eine Mandelentzündung zur Schädigung der Nieren oder des Herzens führen.

Wie beugt man diesen Erkrankungen am besten vor?

Dr. Berghem: Gegen viele Erkrankungen, die im Kindesalter gefährlich sind, gibt es inzwischen sehr wirksame und gut verträgliche Impfungen, die unbedingt zu empfehlen sind. Regelmäßiger Aufenthalt an der frischen Luft, ausgewogene vitaminreiche Kost und reichliches Trinken sowie viel Bewegung unterstützen das Immunsystem. Abhärtung durch Saunabesuche und Anwendung von kaltem Wasser nach der Kneipp – Methode helfen zusätzlich. Bei deutlicher Infektanfälligkeit können auch naturheilkundliche Behandlungsmethoden bei Erwachsenen und Kindern eingesetzt werden. Seit über 200 Jahren helfen auch Aufenthalte im Reizklima der Ost- oder Nordsee.

Was bewirkt das Reizklima bei Atemwegserkrankungen?

Dr. Berghem: Einerseits hilft die Seeluft, die reich an feinsten Salzwassertröpfchen ist, die Schleimhäute der Atemwege zu reinigen - wie eine dauernde Inhalation mit einem Inhaliergerät. Andererseits trainiert das Reizklima mit häufigem Wetterwechsel und stärkerem Wind das Immunsystem. Deshalb bin ich auch seit zwei Jahren in der Ostseestrandklinik tätig. Dort habe ich eine hervorragende Möglichkeit zur umfassenden naturheilkundlich orientierten Behandlung meiner kleinen Patienten gefunden.

Was bietet die Ostseestrandklinik, was andere Kliniken nicht bieten können?

Dr. Berghem: Außergewöhnlich ist bei uns die gezielte Klimatherapie, bei der Kinder von Therapeuten unmittelbar an der Ostsee abgehärtet werden. Die Behandlung von Erkrankungen der Haut und der Atemwege sowie Adipositas und deren Folgeerkrankungen erfolgt ausschließlich durch

Fachärzte. Auch unsere eigene Klinikschule, die auch die Betreuung von Kindern mit Schulschwierigkeiten ermöglicht, ist etwas Besonderes.

6. Wann sollten Patienten an die See fahren?

Dr. Berghem: Grundsätzlich ist die Seeluft immer hilfreich. Das Reizklima ist im Sommer aber deutlich schwächer als im Winter, deswegen kann man im Winter in kürzerer Zeit einen besseren gesundheitlichen Effekt erwarten.

7. Wirkt sich diese frische Winter-Seeluft auch positiv auf gesunde Menschen aus?

Dr. Berghem: Ja. Kürzlich konnte belegt werden, dass bereits während der Schwangerschaft eine erhöhte Kohlenmonoxid-Konzentration der Luft die Sauerstoffversorgung der Ungeborenen verschlechtert. Besonders bei Menschen aus Großstädten werden die Atemwege von den Belastungen durch Abgase und Smog durch die Seeluft gereinigt. Auch Kinder und Erwachsene, die keine gesundheitlichen Beschwerden verspüren, profitieren so von einem winterlichen Aufenthalt im Reinluftgebiet an der Ostseeküste.

8. Können auch gesunde Menschen die Ostseestrandklinik besuchen?

Dr. Berghem: Für gesundheitsorientierte Familien besteht bei uns in diesem Jahr erstmals die Möglichkeit Silvester in besinnlicher Atmosphäre unmittelbar an der Ostsee zu verbringen. Hierfür stehen modern eingerichtete Appartements, eine Rundumverpflegung und ein besonderes Rahmenprogramm zur Verfügung.

Interview: Franziska Kremtz

DER WEG ZUR KINDER-REHA

Die Ostseestrand-Klinik bietet allen gesetzlich und privat versicherten Patienten eine Behandlung an. Voraussetzung für den Reha-Aufenthalt ist ein Attest des Haus- oder Kinderarztes beziehungsweise eines behandelnden Facharztes. Die Krankenkassen, Rentenversicherungen oder Beihilfestellen entscheiden nach Art und Schweregrad der gesundheitlichen Einschränkungen, ob die Behandlung ambulant oder stationär durchgeführt wird. Stationäre Heilverfahren dauern drei bis sechs Wochen. Der Patient hat dabei ein ausdrückliches Wunsch- und Wahlrecht bei der Entscheidung über den Ort des Reha-Aufenthalts.