

# Newsletter

November 2025

Die monatliche Information  
der Stiftung Kindergesundheit  
für Journalist\*innen



## Der Husten, der nachts kommt

*Die Stiftung Kindergesundheit informiert über Krupphusten, eine der häufigsten Erkrankungen im Kleinkindalter*

**München, 27.11.2025 – Vor allem im Spätherbst und Winter, wenn alle Welt niest und hustet, hat auch der Krupphusten wieder Saison. Die quälenden nächtlichen Hustenanfälle gehören zu den häufigsten Notfällen im Kindesalter, berichtet die Stiftung Kindergesundheit in einer aktuellen Stellungnahme. Die auch als „Pseudokrupp“ bezeichnete Virusinfektion zieht ihre Kreise mit Vorliebe in den Wintermonaten und bedroht die Gesundheit von Kindern im Alter zwischen sechs Monaten und sechs Jahren, besonders häufig aber im zweiten Lebensjahr.**

In der medizinischen Fachsprache wird Krupphusten als Laryngotracheitis bezeichnet, also eine Entzündung des Kehlkopfes (Larynx) und der Luftröhre (Trachea). Weitere gebräuchliche Namen sind Kruppsyndrom, Krupphusten, viraler Krupp, Infektkrupp oder Kehlkopf-Katarrh. Gemeint ist aber immer eine Einengung der Luftwege, die zur Atemnot führt. Jungen sind häufiger betroffen als Mädchen, übergewichtige Kinder häufiger als schlanke.

„Die Ursache ist meist eine Infektion mit Viren, die kleinen Kindern in der kalten Jahreszeit ohnehin schon das Leben schwermachen“, erläutert Kinder- und Jugendarzt Prof. Dr. Dr. Berthold Koletzko, Vorsitzender der in München beheimateten Stiftung Kindergesundheit. „Während diese Viren bei den meisten Kindern zu einer ‚normalen‘ Erkältung führen, lösen sie bei den dafür besonders Anfälligen den typischen Krupp-Anfall aus.“

Die Krankheit kündigt sich meist wie eine gewöhnliche Erkältung an: Das Kind bekommt Fieber, hat eine laufende Nase, klagt über Halsschmerzen und hat keinen Appetit. Darauf folgen typische Symptome der Erkrankung: Dies sind ein rauher, bellender Husten (der oft als erstes Symptom mitten in der Nacht auftritt), Heiserkeit und ein raues, rasselndes Atemgeräusch beim Einatmen, fachmedizinisch „Stridor“ genannt.

## **Töne wie von einem Seehund oder Schaf**

Professor Berthold Koletzko beschreibt den bedrohlichen Klang des Hustens so: „Es ist ein tiefer Husten mit harten, rauen und bellenden Tönen, die an das Bellen von Seehunden oder an das Blöken von Schafen erinnern - daher auch die volkstümliche Bezeichnung ‚Schafshusten‘. Das Kind ringt hörbar nach Luft und gibt beim Einatmen ein ziehendes, manchmal juchzendes, manchmal brummendes Geräusch von sich“.

Der typische Krupphusten klingt manchmal so, als würde das Kind in einen Blecheimer husten. Die Stimme ist heiser, das Kind zittert, weint und kann sich in eine schwere, manchmal sogar lebensbedrohliche Atemnot hineinsteigern. Es zieht nur mühsam die Luft ein, sein Herz jagt, die Haut läuft blau an.

Eltern sollten wissen: Der quälende Krupphusten ist zwar fast immer gutartig, leider aber auch unberechenbar. Bei einem kleinen Teil betroffener Kinder kommt es zu stark beeinträchtigter Atemfunktion.

Eine Wetterlage mit Smog und hoher Schadstoffbelastung kann die Entstehung eines Krupp-Anfalls begünstigen, ist jedoch nicht der eigentliche Auslöser. Die angsterregenden Symptome der Krankheit entstehen dadurch, dass die Stimmbänder und die Schleimhäute an den darunter liegenden Abschnitten des Kehlkopfs und an der Luftröhre des Kindes entzündet und angeschwollen sind.

## **Klingt schlimmer als es ist**

Hustenmittel helfen bei Krupphusten in der Regel nicht. Der wichtigste Rat an die Eltern ist, selbst Ruhe zu bewahren und auch das verstörte, aufgeregte und verkrampfte Kind zu beruhigen. Denn auch wenn die bellenden und rasselnden Atemgeräusche die Eltern und das Kind stark verunsichern, verlaufen die meisten Krupp-Anfälle harmlos.

Die Eltern sollten deshalb das weinende Kind einfühlsam in den Arm nehmen und es durch Trösten zu besänftigen und zu entspannen versuchen. Je weniger Angst das Kind hat, umso besser kann es atmen. Als besonders hilfreich gilt, das aufgeregte und hustende Kind in eine aufrechte Position zu bringen. Auf dem Arm der Mutter oder des Vaters sitzend kann das Kind besser atmen als im Liegen.

### Weitere Empfehlungen der Stiftung Kindergesundheit:

- Für feuchtkalte Luft sorgen. Wenn nicht gerade Nebel oder Smog herrscht, das Fenster öffnen: Die Nachtluft erleichtert die Atmung.
- Gleiche Bedingungen erreicht man mit einer „feuchten Kammer“: Das Kind ins Badezimmer tragen, mit der Handbrause heißes Wasser in die Wanne laufen lassen. Das Kind soll die feuchte Luft am besten in aufrechter Haltung einatmen.
- Ebenfalls hilfreich: Die Kühlschranktür öffnen, damit das Kind die ausströmende kalte Luft einatmen kann.
- Nach dem Anfall braucht das Kind etwas Kaltes zu trinken, am besten kaltes Wasser.
- Wenn das Kind stark beeinträchtigt ist, sollte unbedingt kinderärztliche Hilfe beansprucht werden.

Leider führt der Krupphusten nicht zu einer Immunität, die das Kind vor Neuerkrankungen schützen könnte. Da viele Viren als Ursache infrage kommen, ist vor allem in der kalten Jahreszeit mit häufigen neuen Krankheitsschüben zu rechnen.

Ein Trost für die betroffenen Familien: Auch Kinder mit wiederholten Pseudokrapp-Episoden „verwachsen“ dieses Problem und sind später gesund. Nach dem dritten Geburtstag des Kindes werden die Krupp-Anfälle meistens leichter, nach dem sechsten hören sie in fast allen Fällen auf, da sich durch das Wachstum auch die anatomischen Größenverhältnisse des Kehlkopfes verändern und die Gefahr einer Enge nachlässt.