

Sawitsch V.W., Peschko A.S.
ANALYSE VON SÜSSUNGSMITTELN IN HUSTENSÄFTEN
Wissenschaftliche Betreuerin: Oberlehrerin Skatschinskaja I.A.
Lehrstuhl für Fremdsprachen
Belarussische Staatliche Medizinische Universität, Minsk

Kinder nehmen Medikamente oft nicht gerne ein, weil sie bitter schmecken. Besonders Hustensäfte sind für viele Kinder eklig. Diese Arbeit erklärt, warum Kinderhustensäfte trotzdem süß sind und welche Süßungsmittel verwendet werden.

Früher haben die Menschen bittere Medikamente mit Honig oder Zucker gemischt. Seit den 1970er Jahren gibt es auch künstliche Aromen. Heute benutzt man vor allem drei Arten von Süßungsmitteln: normalen Haushaltszucker (Saccharose), Fruchtzucker (Fruktose) und Zuckeraustauschstoffe wie Maltit oder Sorbit. Dazu kommen Fruchtaromen wie Erdbeere, Himbeere oder Kirsche. Sie sollen den medizinischen Geschmack verdecken.

Die Arbeit untersuchte zehn häufig gekaufte Hustensäfte aus belarussischen Apotheken. Sechs davon enthielten normalen Haushaltszucker. Drei benutzten Maltit (einen Zuckeraustauschstoff). Ein Saft wurde mit Stevia gesüßt. Vier Säfte hatten künstliche Aromen, zwei waren mit „natürlichen Fruchtextrakten“

Das Problem: Zucker ist schlecht für die Zähne und kann den Blutzucker erhöhen. Eine normale Dosis Hustensaft enthält etwa 2–3 Gramm Zucker. Bei mehr tägiger Einnahme steigt das Kariesrisiko. Zuckeraustauschstoffe wie Maltit sind besser für die Zähne. Aber zu viel davon kann Durchfall verursachen. Künstliche Süßstoffe wie Aspartam sind für Babys unter einem Jahr nicht geeignet.

Es gibt aber noch eine weitere versteckte Gefahr. Süße Hustensäfte schmecken Kindern oft so gut, dass sie mehr davon wollen oder Eltern die Medizin versehentlich zu oft geben. Das kann zu einer Überdosierung führen. Manche Süßungsmittel können auch allergische Reaktionen auslösen. Zum Beispiel verursacht Stevia bei manchen Kindern Hautausschlag oder Magenbeschwerden. Eltern sollten immer genau auf die Dosis achten und nicht denken: „Es schmeckt süß, also ist es ungefährlich.“

Natürliche Süßungsmittel wie Honig oder Agavensirup sind im Trend. Sie klingen gesund, aber ihre Wirkung ist nicht immer gleich. Man kann nicht genau wissen, wie stark sie wirken. Außerdem ist Honig für Kinder unter einem Jahr lebensgefährlich wegen des Risikos von Botulismus.

Ein wichtiger Unterschied zwischen den Süßungsmitteln ist ihre Herkunft und ihre Wirkung auf den Körper. Saccharose und Fruktose sind natürliche Zucker. Sie schmecken gut, aber sie liefern viele Kalorien und schaden den Zähnen. Zuckeraustauschstoffe wie Maltit oder Xylit werden künstlich hergestellt. Sie haben weniger Kalorien und sind gut für die Zähne, können aber bei zu großer Menge Durchfall verursachen. Stevia ist ein pflanzlicher Süßstoff. Er hat keine Kalorien, aber einen etwas anderen Geschmack, der manchen Kindern nicht gefällt. Für die Herstellung von Kindermedikamenten ist es wichtig, den richtigen Kompromiss zu finden: Der Sirup muss süß genug sein, um den bitteren Medikamentengeschmack zu überdecken, aber gleichzeitig sollte er keine neuen gesundheitlichen Probleme verursachen.

Zusammenfassung: Die Süße in Kindermedikamenten ist nicht nur Geschmackssache. Sie hilft den Kindern, die Medizin überhaupt zu nehmen. Aber zukünftige Kinderärzte sollten die Vor- und Nachteile der verschiedenen Süßungsmittel kennen. Man muss abwägen zwischen gutem Geschmack und Sicherheit für das Kind. Das Wichtigste ist: Ein süßer Hustensaft bleibt eine Medizin und ist kein Bonbon.