

# Honing helpt tegen hoesten

Marian van den Brink



Van vrijwel alle hoestmiddelen is de effectiviteit niet aangetoond, maar honing helpt wel.

Foto: iStock

Hoesten is een veelvoorkomende klacht waarvoor zowel kinderen als volwassenen het spreekuur bezoeken. Honing lijkt een effectief en veilig middel om die klacht bij kinderen te verlichten, zo blijkt uit een recente Cochrane-review. Daarnaast verkort honing in vergelijking met andere middelen ook de duur van de hoest.

De auteurs selecteerden 6 gerandomiseerde trials met 899 kinderen met acute hoest (leeftijd 1 tot 18 jaar). Daaruit bleek dat gebruik van honing de hoestfrequentie verlaagde ten opzichte van geen behandeling (gemiddeld verschil -1,05; 95%-BI -1,48 tot -0,62; zevenpunts likertschaal) of placebo (gemiddeld verschil -1,62; 95%-BI -3,02 tot -0,22; GRADE-bewijskracht gemiddeld). Honing lijkt ook meer effect op de hoestfrequentie te hebben dan het antihistaminicum difenhydramine (gemiddeld verschil -0,57; 95%-BI -0,90 tot -0,24) en een vergelijkbaar effect als het vrij verkrijgbare dextromethorfan (beide lage GRADE-bewijskracht). Honing lijkt bij een behandelduur tot 3 dagen effectiever dan placebo en salbutamol in het verlichten van de hoestklachten (gemiddeld verschil ten opzichte van salbutamol -0,54; 95%-

BI -1,03 tot -0,05; zevenpunts likertschaal) en het verkorten van de hoestduur (gemiddeld verschil ten opzichte van salbutamol -0,54 dag; 95%-BI -0,98 tot -0,1; GRADE-bewijskracht gemiddeld). Een beperking van de onderzoeken was dat de behandelingen vaak maar kort duurden. De onderzoekers zagen geen verschil in bijwerkingen tussen de honing- en de andere groepen.

De NHG-Standaard Acut hoesten raadt vrijwel alle hoestmiddelen af (hoestprikkelende middelen, hoestdrankjes, antihistaminica, bronchusverwijders en inhalatiecorticosteroiden), omdat de effectiviteit ervan niet (of onvoldoende) is aangetoond. Deze Cochrane-review bevestigt dat advies nog eens, maar stelt ook dat honing een van de weinige middelen is die wel verlichting geeft bij hoestklachten en de hoestduur lijkt te verkorten. Voor de behandeling van acute hoest is dus zelden receptpapier nodig, maar volstaat grootmoeders advies in de spreekkamer. U kunt de patiënt ook verwijzen naar [www.thuisarts.nl](http://www.thuisarts.nl), waar dit advies ook is terug te vinden. ■

*Oduwole O, et al. Honey for acute cough in children. Cochrane Database Syst Rev 2018;4:CD007094.*