



Ihre Apotheke informiert

ERKÄLTUNG

Erkältung - Unterstützung der Selbstheilung

Viele Menschen erkranken mehrmals im Jahr an einer Erkältungskrankheit der oberen Luftwege, einem sogenannten grippalen Infekt. Zu Erkältungen kommt es zumeist nach Kälteeinwirkung, die zur Herabsetzung der lokalen Durchblutung und Immunabwehr führt. Viren und Bakterien als Ursache von Fieber, Frösteln, Schnupfen, Husten, Halsschmerzen und Heiserkeit haben daher ein leichtes Spiel.

Es gibt zahlreiche und unterschiedliche Varianten der Erreger, dass ein schützendes und heilendes „Universalmedikament“ bislang nicht existiert. Ist die Erkältung da, kann man nur versuchen, sich das Leben zu erleichtern, indem man die Symptome kuriert.

Phytopharmaka: Gegen vieles ist ein Kraut gewachsen

Es gibt Nasentropfen und -sprays mit gefäßverengenden Substanzen, die zur Abschwellung der Nasen-

schleimhaut führen. So ist der Sekretabfluß gesichert, der eine wichtige Reinigungsfunktion hat. Zur Inhalation und Einreibung haben sich Präparate mit ätherischen Ölen wie Pfefferminzöl bzw. Menthol bewährt, da sie die Nasenatmung verbessern. Bei Halsschmerzen empfehlen sich desinfizierende Medikamente und Lösungen zur Mund- und Rachenspülung oder Lutschtabletten mit Kräuterextrakten bzw. ätherischen Ölen. Sie führen zu einer vermehrten Speichelsekretion, die von sich aus dazu beiträgt, die lästigen Beschwerden zu lindern.

Je nachdem, ob ein schmerzhafter, trockener Reizhusten oder ein sogenannter „produktiver“ Husten mit starker Schleimbildung vorliegt, bedient sich die Medizin unterschiedlicher Wirkstoffe. Sogenannte Hustenblocker unterdrücken den quälenden Hustenreiz. Bei einem „produktiven“ Husten sind sie nicht angebracht. Im Gegenteil: Der Husten unterstützt den Abtransport des Schleims aus den Luftröhren. Hier wird das Abhusten durch schleimlösende und „aus-



wurffördernde“ Substanzen, erleichtert.

Haben Sie Fragen? Wir helfen Ihnen weiter!

Bei uns in der Apotheke dürfen Sie kompetente, fachliche Beratung erwarten - zugeschnitten auf Ihre persönlichen Bedürfnisse.



Sicherheit durch Beratung