

Grippe, Husten, Schnupfen, Heiserkeit

Die meisten Menschen erleiden mehrmals im Jahr einen Infekt der oberen Atemwege. Die Auslöser sind zu 80 – 90% Viren. Die Symptome sind meist Schnupfen, Husten, Heiserkeit, Kopfschmerzen, Gliederschmerzen in unterschiedlicher Ausprägung. Die Erkrankung nennt sich je nach Lokalisation Nasennebenhöhlenentzündung, Schnupfen, Rachenentzündung, Mandelentzündung oder Bronchitis. Nach den Symptomen richtet sich auch die Therapie, wobei jegliche Medikamente, mit Ausnahme der Antibiotika, symptomatisch orientiert sind und die Ursache wie Viren und Bakterien nicht bekämpfen können. Die Heilung erfolgt allein durch den Körper – sprich das Immunsystem. Medikamente können lediglich unterstützen. Der Arzt kann Ruhe verordnen, also Arbeitsunfähig schreiben, Tipps geben und soll z.B. eine Bronchitis von einer Lungenentzündung unterscheiden.

Antibiotika können die Heilungsdauer von einem viralen Infekt nicht verkürzen. Meist führen Antibiotika zu anderen Nebenwirkungen wie Durchfall und Pilzbesiedelung z.B. im Mund, Vaginalschleimhaut. Außerdem wird die Resistenzentwicklung der Bakterien gefördert wenn man zu schnell zum Antibiotikum greift. Das heißt, dass die Krankheitserreger nun nicht nur eine Krankheit auslösen sondern auch „Resistent“ sein können gegen die gängigen Antibiotika.

Grundsätzlich gilt: Frische Luft, Ruhe, kein Sport für 1-2 Wochen, viel trinken und inhalieren mit Kochsalz – vermeiden sie ätherische Öle, diese können die Schleimhäute zusätzlich reizen.

Bei langanhaltendem Husten und schwerem Krankheitsgefühl sollte der Hausarzt konsultiert werden um eine schwere Erkrankung zu erkennen bzw. auszuschließen. Auch wenn sie beim Arzt waren,

kann sich der Zustand verschlechtern. **Insbesondere in diesem Fall ist der Arzt nochmals zu besuchen!**

Es gibt unzählige Medikamente, wie Dr. Eckart von Hirschhausen so richtig erkannte: „Warum so viele? Welches wirkt? – Na wenn es ein wirksames Mittel gäbe, dann hätte es sich schon längst rumgesprochen“

Medikamente bei Atemwegserkrankungen

Hustenstiller – Bitte SEHR vorsichtig und so wenig wie möglich anwenden!

- Stillax
- Silomat/ Pentoxyverin Saft 100ml N1
- Paracodein Tropfen 15g N1
- Capval/ Noscapin Saft 25mg/5g 100ml N1

Schleimlösend/ Entkrampfend

- Bronchipret
- Prospan
- Mucosolvan Saft/Brausetabletten
- ACC 200 – 600 Brausetabletten
- Sinupret forte/ extract
- Gelomyrthol/ Soledum

Fieber Grippemittel – Bitte gehen sie sparsam um mit diesen Medikamenten, auch diese haben Nebenwirkungen

- Ibuprofen
- Metamizol
- Paracetamol
- Nurofensaft für Kinder

Vitamine, Homöopathika, u.a.

- Vitamin C 300mg + Zink 5mg - 5xtgl
- Vitamin D 1000 IE 1xtgl. Insb. In den Wintermonaten
- Infludoron
- Meditonsin
- Vitaminkur: Medivitan Vitamin B6, B12, Folsäure i.m.

Mundspray z.b. Bei Reizhusten oder Halsweh

- Tantum verde mit Sprühkopf
- Vea oris Mundspray

Lutschtabletten

- Salbeihustenbonbons
- Dolodobendan
- Tantum Verde bonbons