



Bei brennendem Hals Feuer löschen

Meist schon frühmorgens beim Aufwachen stellen sich die Beschwerden ein: Ein dicker Kloß im Hals behindert das Schlucken, der Rachen ist wund, gerötet und brennt. Halsschmerzen sind häufig Vorboten einer beginnenden Erkältung, klingen aber normalerweise nach etwa zwei Tagen wieder ab. Danach verlagern sich die Symptome im Allgemeinen auf die Nase, bis kurz darauf Heiserkeit und Husten folgen. Von so einer banalen Infektion ist fast jeder mehrmals im Jahr betroffen. Ausgelöst wird sie hauptsächlich durch Viren, die bislang nicht ursächlich bekämpft werden können. Dennoch kann man einiges tun, um das Befinden zu bessern, ein weiteres Ausbreiten zu verhindern und den Krankheitsverlauf abzukürzen.

► **Natürlich und bewährt**
Körperliche Schonung, eine gesunde Ernährung und eine hohe Flüssigkeitszufuhr tragen zur Gesundheit bei. Die alten Hausmittel wie Salbei und Salz, gelutscht oder gegurgelt, wirken antiseptisch, befeuchten den gereizten Rachen und können auch vorbeugend angewendet werden. Im Isländischen Moos enthaltene Schleimstoffe kleiden die Schleimhaut aus und lindern so Schluckbeschwerden. Ebenfalls

heilend wirken Zubereitungen mit Dexpanthenol.

► **Akute Schmerzen dämpfen**
Lokal wirksam sind Lutschtabletten, Sprays oder Gurgellösungen mit oberflächlich betäubenden Arzneistoffen wie Lidocain und Benzocain oder Ambroxol. Auch Flurbiprofen schwächt schmerzhafte Entzündungen der Rachenschleimhaut deutlich ab. Bei stärkeren Beschwerden können darüber hinaus kurzfristig ASS, Paracetamol oder Ibuprofen innerlich genommen werden, die dann gleichzeitig auch fiebersenkend wirken.

► **Bakterielle Folgeinfektion abwehren**
Bei einer reinen Viruserkältung sind Antibiotika fehl am Platz. Dadurch, dass das Immunsystem geschwächt und die Schleimhaut vorgeschädigt ist, haben Bakterien jedoch oftmals ein leichteres Spiel, um sich zusätzlich auszubreiten. Inwieweit desinfizierende Stoffe oder auch lokale Antibiotika dann sinnvoll sein können, wird vielfach diskutiert. Vermögen diese Substanzen doch Bakterien nicht abzutöten bzw. sei ihre Konzentration dazu zu niedrig. Entscheidend ist möglicherweise der Zeitpunkt ihrer Anwendung. Prophylaktisch oder

gleich bei den ersten Anzeichen angewendet, haben Bakterien unter Umständen keine Chance, sich einzunisten und zu vermehren sowie in andere Bereiche der Atemwege vorzudringen. Für ein inhalierbares Antibiotikum, das durch die spezielle Anwendungsform sogar den Kehlkopf erreicht, konnte ein positiver Effekt inzwischen mit Studien belegt werden.

► **Wann zum Arzt**
Gelblicher Auswurf oder vereiterte Mandeln weisen auf einen massiven Befall mit Bakterien hin, der nun die Einnahme eines Antibiotikums erfordern kann. Ebenfalls in ärztliche Obhut gehören beispielsweise Patienten mit höherem Fieber sowie Kinder unter sieben Jahren. Dies gilt genauso, wenn Lymphknoten geschwollen sind oder die Erkrankung sich in die Bronchien, Nebenhöhlen oder Ohren ausgedehnt hat. Der Arztbesuch wird spätestens fällig, sollte die Eigenbehandlung nach einigen Tagen erfolglos bleiben. Denn Halsschmerzen sind lediglich ein Symptom, das auch eine andere Ursache haben könnte wie beispielsweise eine Pilzinfektion, Speiseröhrentzündung oder Mumps. Das ist zwar eher die Ausnahme, diese Erkrankungen wären jedoch anders zu behandeln.

Text: © Deutsches Grünes Kreuz

Sie haben Fragen?



Wir beraten Sie gern, fachkundig und individuell!

Ihr Apotheker Rudolf Strunk

und das Team **Alte Apotheke** – Breite Str. 14 – 45657 Recklinghausen

Sie erreichen uns

Mo – Fr:
Sa:

08.15 – 18.30 Uhr
08.30 – 14.00 Uhr

Telefon:

02361 - 23777

Fax:

02361 - 21490

E-Mail:

alte-apotheke-re@t-online.de

Internet:

www.alte-apotheke-re.de