

Atemwegsinfekte: Frühzeitiges Handeln lohnt sich

— Durchschnittlich zwei bis drei Mal pro Jahr erleiden Erwachsene einen Atemwegsinfekt. Das ist zwar lästig und unangenehm, jedoch nur in den seltensten Fällen gefährlich. Allerdings kann sich eine harmlose Erkältung durchaus zu einer problematischen Erkrankung entwickeln. Dr. Gerd Ebert, niedergelassener Hals-Nasen-Ohren-Arzt in Neumarkt, sieht täglich Patienten, deren Erkältung sich in den Nasennebenhöhlen festgesetzt hat und zu einer Sinusitis wurde. Damit es gar nicht erst so weit kommt ist es seiner Ansicht nach wichtig, schon zu Erkältungsbeginn zu handeln: „Um einer Verschlimmerung der Erkältung in Form einer Sinusitis vorzubeugen, ist es entscheidend, den Schleim flüssig zu halten“, so Ebert auf einer Presseveranstaltung im November vergangenen Jahres. „Dafür

eignet sich beispielsweise ein pflanzlicher Schleimlöser“. Durch dessen Wirkung in den oberen und unteren Atemwegen lasse sich eine Ausbreitung des Infekts in die Bronchien verhindern.

Das Problem des Etagenwechsels thematisierte auch PD Dr. Kai-Michael Beeh, Ärztlicher Leiter am insaf Institut für Atemwegsforschung in Wiesbaden. Der Etagenwechsel komme nicht nur bei Heuschnupfen und Asthma vor. „Auch der typische Erkältungsschnupfen kann wandern“, so Beeh. Der Verlauf sowie die Dauer eines Atemwegsinfekts jedoch könne beeinflusst werden. Auch Beeh verwies auf die rechtzeitige Einnahme eines pflanzlichen Schleimlösers, „z.B. ein Spezialdestillat ätherischer Öle wie ELOM-080“ (GeloMyrtol® forte).

Halskratzen, Hustenreiz und Heiserkeit wiederum können nicht nur während der Erkältungssaison auftreten sondern sind vielmehr ein Ganzjahresthema. Indem sie Probleme mit der Stimme verursachen, beeinträchtigen sie Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität gleichermaßen. Unangenehm ist dies letztlich für alle Betroffenen, nicht nur für jene, die ihre Stimme beruflich benötigen – Sprecher, Sänger, Schauspieler: Die Stimme ist essenziell für die Kommunikation, sie transportiert neben Informationen auch Gefühle. Deshalb sollte sie auch optimal gepflegt und trainiert werden, wie Dr. Robin Banerjee, Facharzt für Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde aus Unna, und Norbert Schmittberg, Tenor und Mitbegründer der International Opera Academy in Schwerte, betonten. Praktische Tipps können bei akuten Problemen mit der Stimme weiterhelfen: Bei Stimmverlust beispielsweise ist eine absolute „Stimmfunktillie“ empfehlenswert, gegen den Frosch im Hals wiederum hilft Trinken – anstatt des für die Stimmlippen belastenden Räusperns.

Überhaupt, so Banerjee, sei es sinnvoll, bei einem Infekt und Symptomen wie Halskratzen, Hustenreiz und Heiserkeit die Schleimhaut anhaltend zu befeuchten, „etwa mithilfe von GeloRevoice® Halstabletten“. Denn, so ergänzt Schmittberg aus seiner Bühnenerfahrung, der Körper und der Stimmapparat benötigen sehr viel Flüssigkeit und die Tabletten befeuchten nachhaltig, „das ist gerade für Sänger unheimlich wichtig“.

Gabi Kannamüller

Presseveranstaltung GeloMyrtol® forte, GeloRevoice®, Sylt, 9. bis 11. November 2018; Veranstalter Pohl-Boskamp



Husten, Schnupfen, Heiserkeit? Jetzt sind Schleimlöser gefragt.

© contrastwerkstatt / Fotolia

Verhärtetes Cerumen entfernen – schonend und sicher

Festsitzendes Ohrenschmalz führt nicht nur Träger von Hörgeräten in die HNO-Praxis. Auch Nutzer von In-ear-Kopfhörern leiden immer häufiger unter störender Cerumenverhärtung. Beschwerden wie Druckschmerz oder Hörminderung sind bekannte Leitsymptome und häufig wird die Agglomeration durch Selbstreinigungsversuche verstärkt.

Otitex® Cerumenlöser leistet durch die bewährte Kombination von Docusat-Natrium und Glycerol in alkoholischer, gepufferter Lösung schnelle Hilfe beim Lösen von verhärtetem Ohren-

schmalz. Es ist lokal gut verträglich und erweicht das Cerumen verlässlich. Nach einer Einwirkzeit von ca. 10 Minuten bei einer Standarddosis von 15 Tropfen Otitex® erfolgt das Ausspülen der gelösten Cerumenreste mit lauwarmem Wasser. Dies ist vom Patienten auch im Hinblick auf einen Wiedervorstellungstermin in der HNO-ärztlichen Praxis leicht durchzuführen und erleichtert die professionelle Reinigung des Gehörgangs.

red

Nach Informationen von Südmedica