



Erkältungskrankheiten, grippaler Infekt und Grippe

Jährlich wiederkehrend beim Wechsel zu den nassen und kalten Jahreszeiten bekommen die meisten Menschen lästige Symptome wie Halsschmerzen, Schnupfen, Husten, Heiserkeit, Kopf- und Gliederschmerzen, Fieber, Durchfälle, Übelkeit usw. usw. Es gibt unzählige Arten von grippalen Infekten, die oft langwierig sind, vor allem wenn hartnäckiger Husten einsetzt.

Wenn Sie ganz plötzlich sehr hohes Fieber über 40 Grad Celsius bekommen und stärkste Symptome mit völliger Erschöpfung, haben Sie möglicherweise eine echte Grippe (mit Influenza-Viren) erwischt, oder wenn der anfänglich harmlose Husten zur schweren Bronchitis oder sogar Lungenentzündung wird, dann ist die Erkrankung schwerwiegend und muss ärztlich oder sogar im Krankenhaus therapiert werden!

Grundsätzlich ist es schlecht, Erkältungen zu verschleppen, indem man sie einfach ignoriert; denn im anfänglichen Stadium des Infekts kann man in der Regel erfolgreich naturheilkundlich behandeln.

Für die vielen verschiedenen, meist viralen, erst im späteren Verlauf auch häufig bakteriell noch aufgesetzten Infekte der Atemwege und auch des Magen-Darm-Trakts gibt es zusätzlich oft auslösende Faktoren, wodurch das Immunsystem geschwächt ist und der jeweilige Krankheitserreger sich besser vermehren kann. Dies sind beispielsweise

- Unterkühlung durch starken Wind, Kälte, Nässe usw.
- Überarbeitung und fehlende Pausen bei der Arbeit
- negativer Stress (Distress) („die Nase voll haben“, „nicht mehr schlucken wollen“, „jemandem am Liebsten etwas husten wollen“ – hier Kritik üben wollen)

Je nach Symptomen setze ich folgende Therapien ein:

- Synergetische Homöopathie
- Phytotherapie (Kräuteranwendungen)
- naturheilkundliche Mittel zur Immunstärkung, zur Schleimlösung und zur Förderung der Fieber- und Schweißbildung als natürliche Abwehrmechanismen des Körpers, Empfehlung früherer Hausmittel