



## Was hilft bei Halsschmerzen? Erkältungssymptom Halsschmerz verstehen und vorbeugen

(Mynewsdesk) Es beginnt mit einem leichten Kratzen im Hals, die Stimme ist belegt, das Schlucken schmerzt ? häufig sind die Anzeichen einer Erkältung im Hals zu spüren. Wir sprachen mit Dr. Friedhelm Lieder, Facharzt für Allgemeinmedizin in Essen, über das Erkältungssymptom Halsschmerz und was man dagegen tun kann.

Herr Dr. Lieder, warum beginnt eine Erkältung eigentlich so häufig mit Halsschmerzen?

Erkältungsviren gelangen in der Regel über die Atemwege in den Körper. Die Schleimhäute in Mund und Rachen versuchen in einer direkten Abwehrreaktion die Erreger zu bekämpfen - so entsteht eine Entzündung. Kratzen im Hals, Schluckbeschwerden und Halsschmerzen sind also spürbare Zeichen einer Infektion, beziehungsweise einer Abwehr des Entzündungsprozesses.

Kann bei einer Erkältung auch ein Antibiotikum helfen?

Eine Erkältung wird in den allermeisten Fällen nicht durch Bakterien, sondern durch Viren ausgelöst. Verursacher kann auch eine sogenannte Mischinfektion sein. Ein Antibiotikum kann bei einer viralen Infektion nicht wirken, sondern der Körper braucht Zeit und Ruhe, bis die Immunabwehr die Erkältung überwunden hat. In dieser Phase sollte man Stress und auch sportliche Betätigung deutlich reduzieren und dem Körper keine zusätzlichen Anstrengungen zumuten. Die körpereigene Immunabwehr sollte sich ganz auf den Infekt konzentrieren können.

Welche Möglichkeiten gibt es, Halsschmerzen vorzubeugen?

Damit Halsschmerzen möglichst gar nicht erst entstehen, sollte man sich um die Befeuchtung und den Schutz der Schleimhaut kümmern. Gerade in der kalten Jahreszeit verbreiten sich Erkältungsviren rasch und die trockene Heizungsluft belastet die Schleimhäute zusätzlich. Eine trockene Schleimhaut kann Viren und Keime allerdings nur unzureichend abwehren. Lutschtabletten (zum Beispiel Anginetten® dolo akut Halsschmerztabletten oder Anginetten® Stimme Halstabletten, erhältlich in Drogeriemärkten, Anm.d.Red.) befeuchten nicht nur die Schleimhaut, sondern können auch einen Schutzfilm bilden - eine sinnvolle Vorbeugung gegen Erkältungsviren. Zusätzlich sollte auf ausreichendes Trinken geachtet werden, besonders geeignet sind hier Wasser und warme Tees. Wärme fördert die Durchblutung der Schleimhaut in Hals und Rachen, so dass Viren schneller abtransportiert werden können. Grundsätzlich sollte man in der kalten Jahreszeit Hals- und Brustbereich möglichst warm halten.

Herr Dr. Lieder, sind Halsschmerzen immer Zeichen einer Erkältung?

Die häufigste Ursache ist tatsächlich eine Erkältung. Es können aber auch Ursachen wie zum Beispiel eine Mandelentzündung oder Infektionskrankheiten wie Scharlach, Diphtherie und Mumps Auslöser sein. Auch Rachenentzündungen, Allergien oder Schilddrüsenerkrankungen können mögliche Auslöser sein. Hierbei handelt es sich um Erkrankungen, die unbedingt eine ärztliche Behandlung erfordern.

Also sollte man bei Halsschmerzen generell einen Arzt aufsuchen?

Meistens bessern sich Erkältungshalsschmerzen nach wenigen Tagen. Ist nach dieser Zeit keinerlei Besserung eingetreten oder nehmen die Schmerzen zu, ist ein Arztbesuch dringend angeraten, denn in diesem Fall müssen auch schwerwiegendere Erkrankungen als mögliche Ursache abgeklärt werden. Das gilt besonders, wenn andere Symptome wie Fieber oder ein ausgeprägtes Krankheitsgefühl dazu kommen. Und wenn Kinder über starke Halsschmerzen klagen, sollte immer ein Arzt konsultiert werden.

Diese Pressemitteilung wurde via Mynewsdesk versendet. Weitere Informationen finden Sie im MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://shortpr.com/54yhuy>

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:

<http://www.themenportal.de/wissenschaft/was-hilft-bei-halsschmerzen-erkaeltungssymptom-halsschmerz-verstehen-und-vorbeugen-39393>

### Pressekontakt

MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH

MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH  
Gereonsmühlengasse - 1  
50670 Köln

[dialog@klosterfrau-service.de](mailto:dialog@klosterfrau-service.de)

### Firmenkontakt

MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH

MCM Klosterfrau Vertriebsgesellschaft mbH  
Gereonsmühlengasse - 1  
50670 Köln

[shortpr.com/54yhuy](http://shortpr.com/54yhuy)

dialog@klosterfrau-service.de

ANGINETTEN EIN KLASSIKER BEI HALSSCHMERZEN.

Markterfolg seit einem halben Jahrhundert.

Seit 1965 erfolgreich im Mass-Market, in Drogerien und Verbrauchermärkten an der Spitze der Verkaufslisten - anginetten® können sich mit recht ein bewährtes Mittel gegen Halsschmerzen nennen. Schon beim ersten Kratzen oder häufigem Räuspern helfen anginetten®, bei stärkeren Halsschmerzen lindern sie schnell und zuverlässig die Beschwerden von Entzündungen.

Denn anginetten® desinfizieren den Mund- und Rachenraum und bekämpfen damit die Bakterien. Aktives Lutschen ist hierfür ganz wichtig, denn so verteilen sich die Inhaltsstoffe am besten, der Speichelfluss wird angeregt und die Erreger damit weggespült. Weil sie dazu noch so angenehm nach Honig und Zitrone schmecken, sind anginetten® seit Jahrzehnten beim Verbraucher so beliebt.

Anlage: Bild

