Immunsystem bei chronischer Bronchitis stärken

So bringen Sie Ihr Immunsystem mit Immunstimulanzien auf Trab

(NL/7269413359) Husten, Schnupfen und Heiserkeit gehören zur kalten Jahreszeit wie Schnee zum echten Winter. Und eine leichte Erkältung ist auch weiter nicht bedenklich. Bei Menschen mit chronischer Bronchitis können Viren und Bakterien allerdings zu einer plötzlichen Verschlechterung der Bronchitis führen. Wirklichen Schutz vor solchen Erregern bietet nur ein starkes intaktes Immunsystem - gestärkt auch mit der Hilfe von Immunstimulanzien.

Draußen kalt, drinnen trocken Â? beste Voraussetzung für Viren
Herbst und Winter sind die idealen Jahreszeiten für Viren und Bakterien. Denn sowohl die kalte Luft draußen als auch die trockene Luft in den geheizten Räumen bieten vor allem den Viren ideale Bedingungen, um sich rasch zu vermehren und dann sozusagen in Â?geschlossener FormierungÂ? die Schleimhäute der oberen und unteren Atemwege anzugreifen. Hinzukommt, dass die Schleimhäute in Herbst und Winter aufgrund der in den Räumen herrschenden Heizungsluft ausgetrocknet sind und so den Viren ein noch leichter zugängliches Angriffsfeld bieten. Aber trockene Raumluft und kalte Luft draußen strapazieren auch das Immunsystem. Es verliert an Stärke und kann die Viren und Bakterien dann nicht mehr erfolgreich abwehren.

Zu Beginn der kalten Jahreszeit das Immunsystem stärken
Einem schwachen Immunsystem kann zwar nicht über Nacht zu alter Stärke verholfen werden, doch mit einfachen Methoden kann man es unterstützen und so auf den Angriff von Erkältungsviren und anderen Erregern vorbereiten. Ausreichend körperliche Bewegung Â? am besten in frischer Luft Â? einerseits und ausreichend Schlaf andererseits kräftigen das Abwehrsystem. Doch Achtung: Von beidem zuviel schadet dem Immunsystem eher! Ernähren Sie sich ausgewogen mit viel Obst, Gemüse und Vollkornprodukten, meiden Sie Fastfood. Auch auf Alkohol Â? vor allem Hochprozentiges Â? sollten Sie so gut es geht verzichten. Natürlich ist gegen ein Glas Punsch in der Weihnachtszeit oder ein Glas Sekt zu Sylvester nichts einzuwenden. Wenn Ihr Kreislauf es zulässt, gehen Sie ein- bis zweimal in der Woche in die Sauna. Aber vergessen Sie nicht nach jedem Saunagang das Bad im kalten Wasser. Denn nur der Wechsel zwischen warm und kalt kurbelt das Immunsystem an. Achten Sie darauf, dass Sie nicht zuviel Stress ausgesetzt sind. Denn auch zuviel Stress schadet dem Immunsystem. Und noch ein Tipp: Küssen Sie viel. Damit tun Sie auch etwas für Ihr Immunsystem. Denn Wissenschaftler haben herausgefunden, dass ein inniger Kuss aufgrund des Austauschs von Viren und Bakterien wie eine Schluckimpfung wirkt.

Eine Kur für das Immunsystem
Zusätzlich zu all den oben aufgeführten Tipps und Ratschlägen sollten Sie Ihrem Immunsystem durch eine Kur mit einem Immunstimulans wieder neue Kräfte verleihen. Hier hilft ein verschreibungspflichtiges Immunstimulans, der die abgetöteten Bakterienfragmente der sieben häufigsten Erreger von Atemwegserkrankungen enthält. Dieses Bakterienlysat wirkt einzigartig: Es präsentiert den Immunzellen den Feind in abgemilderter Form, nämlich mit den abgetöteten Bakterienfragmenten. Auf diese Weise werden die Immunzellen für den Kampf mit dem wirklichen Feind trainiert: Dringt dieser in den Organismus ein, wird er sofort erkannt und unschädlich gemacht. Die Infektion bricht dann gar nicht erst aus oder klingt zumindest rascher wieder ab. Das Risiko, an einem neuen Infekt zu erkranken wird reduziert.

Shortlink zu dieser Pressemitteilung:
http://shortpr.com/tsnmvb

Permanentlink zu dieser Pressemitteilung:
http://www.themenportal.de/medizinische-neuheiten-wirkstoffe/immunsystem-bei-chronischer-bronchitis-staerken-45980

Pressekontakt

PR- und Social Media Agentur Dr. Kaske GmbH & Co. KG

Herr Monika Moras
Hohenbachernstraße 36
85402 Kranzberg

moras@drkaske.de

Firmenkontakt

PR- und Social Media Agentur Dr. Kaske GmbH & Co. KG

Herr Monika Moras
Hohenbachernstraße 36
85402 Kranzberg

drkaske.de
moras@drkaske.de

Diese Pressemitteilung wurde im Auftrag übermittelt. Für den Inhalt ist allein das berichtende Unternehmen verantwortlich.