

Kalte Jahreszeit – kranke Kids

Viele Eltern setzen Herbst und Winter mit tiefenden Nasen und kratzenden Hälsen bei ihren Sprösslingen gleich. Nicht selten wird diese Zeit zur emotionalen und organisatorischen Herausforderung. Kleiner Trost: Krankheitsphasen haben durchaus etwas Gutes, wie wir von einem Experten erfahren durften.

Autor: Sonja Streit | **Fotos:** Shutterstock

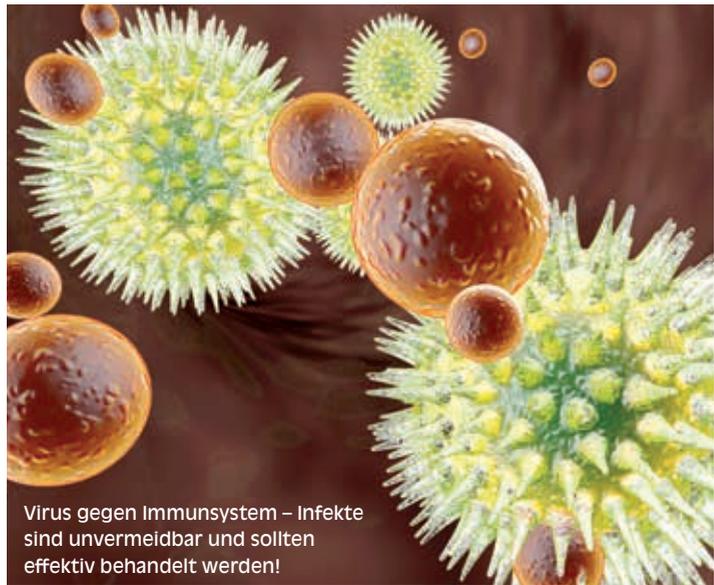




Herbst und Winter stehen vor der Tür. Und damit auch scheinbar unvermeidliche Erkältungskrankheiten. Viele Mütter und Väter sehen sich mit einem Problem konfrontiert: Was, wenn mein Kind krank wird?

VORBEUGEN: NUR BEDINGT MÖGLICH

Unzählige Präparate in Apotheken und Drogeriemärkten versprechen, das Immunsystem so zu stärken, dass Krankheiten praktisch keine Chance haben. Die Realität sieht anders aus, wie Kinderarzt Primarius Dr. Peter Voitl weiß: „Das Immunsystem eines gesunden Kindes funktioniert einwandfrei. Stärkung ist daher mitnichten notwendig. Dass Kinder hin und wieder krank werden, kann niemand verhindern. Bis



Virus gegen Immunsystem – Infekte sind unvermeidbar und sollten effektiv behandelt werden!

zu sechs Verkühlungen pro Winter sind völlig normal.“ Vorbeugung mittels gesunder Ernährung, vollwertiger Kost sowie ausreichend Frischluft seien wesentlich effektiver als Vitamintabletten, so der Experte. Krankheitserreger lassen sich aber auch durch Händewaschen nach dem Kindergarten- oder Schulbesuch eindämmen, wie Peter Voitl weiß: „Da es sich bei den meisten Infektionen um Schmierinfektionen handelt, hilft Händewaschen dabei, sie zu verhindern. Wer übertriebene Hygiene hält und den Kontakt mit Bakterien vermeidet, begünstigt allerdings Allergien.“ Der Mediziner rät außerdem zur Grippeimpfung. „Bei Influenza handelt es sich um eine schwere Erkrankung, deren Symptome sogar Erwachsene an ihre Grenzen bringen. Deshalb ist es durchaus sinnvoll, auch Kinder impfen zu lassen.“

INFEKTE: UNVERMEIDBAR

Hat sich ein Familienmitglied verkühlt, so steht immer zu befürchten, dass es beispielsweise zu einer Bronchitis, zu Mandel- oder Lungenentzündung kommt. „Davor kann man sich nicht schützen“, erläutert Dr. Voitl. „Diese Infekte können sich ausbreiten – ein Verlauf, der sich bei Kindern kaum verhindern lässt. Im Falle des Falles gilt es Derartiges effektiv zu behandeln. Auch eine Angina, als typischer Infekt des Kindesalters bezeichnet, kann heute sehr gut behandelt werden.“ Wer unter einer verstopften Nase leidet, sollte laut Kinderarzt Voitl zu einem Nasenspray greifen. „Dieses Medikament ist auch für Säuglinge geeignet und gut verträglich, wenn sie unter Atemnot leiden. Es ist einem Kind nicht zumutbar, kaum Luft zu bekommen! Daher verschreibe ich meinen

Homöopathie auf den gebracht – bei Erkältungen von Kindern



Sie lauern so gut wie überall: In der Krabbelstube, im Kindergarten, in der Schule – überall dort, wo man auf andere Menschen trifft. Obwohl sie so klein sind, dass man sie mit freiem Auge nicht sehen kann, verursachen sie sehr unangenehme Beschwerden: Die Erkältungsviren.

IMMUNSYSTEM - DIE POLIZEI IN UNSEREM KÖRPER

Unser Immunsystem hat die Aufgabe, die Eindringlinge zu bekämpfen und so schnell wie möglich wieder aus dem Körper hinauszubefördern. Das kindliche Immunsystem muss allerdings erst aufgebaut werden, daher kommt es bei Kindern besonders häufig zu Erkältungskrankheiten. Was können Eltern tun, um ihrem Kind wirkungsvolle und sanfte Hilfe bei Erkältungen zu bieten? Nutzen Sie die Kraft der Homöopathie!

WARUM HOMÖOPATHIE?

- Homöopathika sind gut verträglich und nebenwirkungsarm – sie belasten den Körper nicht mit Abbauprodukten, wie dies bei herkömmlichen Arzneimitteln häufig der Fall ist.

- Sie unterdrücken die Symptome nicht, sondern fördern die Heilung durch Anregung der körpereigenen Regulation.
- Der kindliche Organismus ist noch nicht „blockiert“ und spricht daher auf eine regulierende Therapie wie Homöopathie besonders gut an.

Die breite Produktpalette an homöopathischen Einzel- und Komplexmitteln von Dr. Peithner KG, DHU und Heel bietet bei einer Vielzahl von Erkrankungen Hilfe. Ihr Homöopath oder Apotheker berät Sie gerne.

Wirksame Unterstützung für unsere „Körperpolizei“ bieten homöopathische Komplexmittel wie zum Beispiel:

Tonsiotren®-Tabletten 	Mandel- und Rachenentzündungen, chronische und chronisch wiederkehrende Mandelentzündungen, Vergrößerung der Rachenmandeln im Kindesalter und Behandlung nach operativer Entfernung der Mandeln. Geeignet ab 6 Jahren.
Euphorbium compositum-Heel®-Nasenspray 	Katarrhe der Nase und Nasennebenhöhlen Geeignet bereits ab 2 Jahren.
Zapolin® - Globuli für Kinder 	Unspezifische Infekte, Unruhe. Geeignet ab der Geburt.
Viburcol®-Kinderzäpfchen 	Bei Unruhezuständen (z.B. beim Zahnen, bei leichten Bauchbeschwerden) mit und ohne Fieber. Die Zäpfchen können ab dem 6. Monat angewendet werden.
Viburcol®-Phiolen Lösung zum Einnehmen 	Unterstützend bei banalen Infekten und Unruhezuständen mit und ohne Fieber. Die Phiolen können ab der Geburt angewendet werden.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

GUTE BESSERUNG WÜNSCHT DR. PEITHNER KG!

HAUSMITTEL: WAS HILFT WIRKLICH BEI ERKÄLTUNG UND CO.?

Effektive Hausmittel im Krankheitsfall sind jedem nicht nur aus der eigenen Kindheit bekannt. „New Mom“ hat einige zusammengetragen:

- Bei Schnupfen, Husten oder Halsentzündungen helfen Inhalationen mit kamillenhaltigem Wasser oder Salzwasser.
- Halsschmerzen? Gurgeln mit Salzwasser bringt Linderung.
- Zwiebelsaft eignet sich als Mittel gegen Husten.
- Heiße Zitrone hilft bei Halsschmerzen und stärkt dank des enthaltenen Vitamin C das Immunsystem.
- Knoblauch in Verbindung mit Honig: Klingt gewöhnungsbedürftig, gilt aber als wirksames Hausmittel bei Erkältungen.
- Essigwickel sind hilfreich bei Fieber, Kartoffelumschläge bei Halsschmerzen.



Neben dem Besuch beim Arzt können Hausmittel helfen



Patienten in solchen Fällen geeignete Nasensprays.“

HAUSMITTEL: NUR IN MASSEN

Ob heiße Milch mit Honig, Fußbäder, Kartoffelumschläge oder Hühnersuppe: Wer kennt sie nicht aus der eigenen Kindheit, diese Hausmittelchen? Jede Großmutter oder Mutter hatte mindestens einen Tipp parat, um schneller gesund zu werden. „Diese Methoden sind mit Sicherheit sinnvoll, allerdings sollte man gewisse Grenzen einhalten“, gibt Dr. Voitl zu bedenken. „Bei hohem Fieber oder Schmerzen muss ein Arzt konsultiert werden!“ Bei mäßigem Fieber, ergänzt der Kinderarzt, fehle vielen Eltern heute aber leider oft die Geduld, zuzuwarten. Früher habe man ein paar Tage verstreichen lassen, bis man zum Arzt gegangen sei, und sich mit kalten Umschlägen beholfen. „Heute sehen wir die Kinder häufig einige Stunden nach Fieberbeginn. Eine eindeutige Diagnose

macht das fast unmöglich.“ Wer Sprösslinge im Kindergarten- oder Schulalter hat, wird sich damit anfreunden müssen, hin und wieder mit einer Erkältung oder einem grippalen Effekt konfrontiert zu werden. Vollkommen gesund durchs Jahr kommen: Diese Idealvorstellung lässt sich mit Kindern nur schwer umsetzen. Tröstlich ist allerdings der Gedanke, dass jede Erkältung das Immunsystem stärkt ...



KINDERKRANKHEITEN NATÜRLICH BEHADELN

Von Georg Soldner und
Dr. med. Michael Stellmann
Verlag Gräfe und Unzer
ISBN 978-3-83383-795-1
€ 12,99

BUCHTIPP:

WWW.KINDERARZT.AT

Gruppenpraxis Kinderarzt
DDr. Peter Voitl und Partner

INTERNET: