

**Dr. med. Jürgen Karrer MBA**  
**Facharzt für Allgemeinmedizin, - Notfallmedizin – (alle Kassen) –**  
**Facharzt für Chirurgie (Private Kassen)**  
**Hausärztliche Praxis**  
**MED-Center Zwingermühle, Zwingergasse 6, ( Eingang Parkdeck)**  
**74889 Sinsheim**  
**Tel.: 07261-17 221, Fax: 17 225**

## **Empfehlungen bei Erkältungssymptomen**

Akute Halsschmerzen werden in der überwiegenden Zahl der Fälle durch Virusinfektionen verursacht und dauern durchschnittlich etwa eine Woche unabhängig von einer Antibiotikatherapie. Der Spontanverlauf ohne Antibiotikatherapie mündet sehr selten in Komplikationen. Nur ca 20-30% der akuten Halsschmerzen sind bakteriell bedingt. Auch diese müssen jedoch nicht immer antibiotisch behandelt werden.<sup>1</sup>

Wichtig ist eine entsprechende symptomatische und ggf phytotherapeutische Behandlung um eine Beschwerdelinderung zu erzielen.

Hierzu empfehlen wir folgende Maßnahmen:

1. Schonung
2. Inhalieren mit Salzwasser (30gr Kochsalz auf 1Liter Wasser) oder mit Salbei-Tee
3. erhöhte Trinkmenge mit 2-2,5l/Tag, am besten Erkältungs- oder BronchialTee
4. Antiseptische Mundspülungen wie bspw Hexoral
5. Thymianpräparate zur Beruhigung der Schleimhäute (bspw Salviathymol, Bronchicum)
6. Nasenspray bzw Nasendusche (falls die Hauptbeschwerden im Bereich der Nase bzw Nasennebenhöhlen sind)

Falls es zu trotz konsequenter Anwendung der o.g. Maßnahmen zu keiner ausreichenden Besserung nach einer Woche gekommen ist bitten wir sie sich nochmals in unserer Praxis vorzustellen.

Dr. med. Jürgen Karrer, MBA

Facharzt für Allgemeinmedizin  
Facharzt für Chirurgie  
- Notfallmedizin -

Johannes Karrer, Msc

Facharzt für Allgemeinmedizin  
Facharzt für Arbeitsmedizin  
- Notfallmedizin -

Christian Karrer

Allgemeinmedizin i.W.  
- Notfallmedizin -

Quellen:

1 S3 Leitlinie Halsschmerzen der DGA