

Schnell wieder fit

Mit natürlichen Wirkstoffen gegen Erkältungen

(akz-o) Wenn uns in der dunklen Jahreszeit Kälte und Feuchtigkeit zusetzen, lauert die Erkältungsgefahr. Husten, Schnupfen und Kratzen im Hals ermüden sonst wache Lebensgeister; Energie und Lebensfreude sinken.



Erkältungen sind nie willkommen. Ein bewährtes pflanzliches Mittel ist Umckaloabo, das hilft wieder fit zu werden. Foto: gstockstudio/stock.adobe.com/akz-o

Erkältungen sind nie willkommen. Aber gerade in Familien wirft eine Erkrankung schnell den gewohnten Tagesablauf durcheinander. Berufstätige Eltern brauchen vielleicht eine Betreuung für kranke Kinder. Nicht selten steckt man sich schnell gegenseitig an. Wer dann gerade im Job viel um die Ohren hat, möchte nicht lange mit Schal, heißem Getränk und Taschentüchern auf dem Sofa sitzen. Zügig soll es zurück an den Schreibtisch oder zu aktuellen Projekten gehen – selbstverständlich mit vollen geistigen und körperlichen Kräften.

Schuld an den Symptomen von Erkältungen sind in der Regel Viren, die über die Schleimhäute eindringen und sich dort vermehren. Antibiotika helfen in diesen Fällen wenig, da sie nur bei Infektionen durch Bakterien wirken.

Immunabwehr stärken

Um schnell wieder fit zu werden, sollten schon erste Anzeichen ernst genommen und etwas gegen sie unternommen werden. Wenn Erkältungsviren die Bronchien angreifen, packen pflanzliche Wirkstoffe den Infekt schonend an der Wurzel. Die heilenden Wirkstoffe aus der Natur sind seit Jahrhunderten bekannt. Sie stärken das Immunsystem und aktivieren die Abwehrcellen mit Substanzen beispielsweise von Echinacea, Efeu, Eukalyptus, Fichtennadel, Pfefferminze, Thymian oder Anis. Die ätherischen Öle der Pflanzen hemmen Entzündungen im Körper und lösen Beschwerden wie Halsschmerzen, Husten oder Schnupfen.

Erreger abwehren

Ein bewährtes pflanzliches Mittel ist Umckaloabo. Der Hauptwirkstoff von Tropfen, Saft und Tabletten stammt aus der Wurzel einer südafrikanischen Geranienart, die Kapland-Pelargonie. Das pflanzliche Anti-Infektivum ist schon für Kinder ab einem Jahr geeignet. Das Arzneimittel wirkt gleich dreifach: Es hemmt die Vermehrung der Viren und steigert die Aktivität der Flimmerhärchen in den Bronchien, sodass zäher Schleim schneller abtransportiert wird. Außerdem schützt es die Schleimhaut vor dem Eindringen von Infektionserregern.

Eine Erkältung braucht neben heilenden Wirkstoffen auch Ruhe zum Auskurieren. Dann genießen bald alle zusammen wieder gemeinsame Zeit im Kreis einer gesunden Familie.

Quelle: AkZ Presse,
06.12.2019

Forum "Gesundes Holzminden"

Galeria Vital® Gesundheits- und Marketingredaktion

Quellen-URL: <http://www.gesundes-holzminden.de/aktuelles/schnell-wieder-fit>