



Empfehlung bei Erkältungskrankheiten

Zum Schleim lösen:

Viel trinken, 2-3l tgl.
Inhalieren, z.B. mit Emser Sole 4x tgl.
GeloMyrtol forte 3-4x 1 Kps.
Bei verstopfter Nase z.B. Nasic Nasentropfen

Bei Halsschmerzen:

Gurgeln mit Salbeitee oder Salviathymol
Oder Dolo-Dobendan Lutschtabletten
Oder Tantum verde Rachenspray

Bei Nebenhöhlenbeschwerden

GeloMyrtol forte 3-4x 1 Kps. oder Sinupret 3x2 Drg
Ausreichend abschwellende Nasentropfen, z.B. Nasic,
auch wenn Nase nicht verstopft ist

Bei Kopf-/ Gliederschmerzen:

Paracetamol 500mg (bis zu 8 Tbl. tgl.)
Ibuprofen 400mg (bis zu 4 Tbl. tgl.)

Zur Stärkung der Immunabwehr:

Angocin N Anti Infekt: 3x4 Tbl. tgl. Am ersten Tag 5 Tabl. alle 3 Stunden
Esberitox N 3x 3 Tbl. tgl.
Hochdosiertes Vitamin C, z.B. Cetebe 500
Ausgewogene, vitaminreiche Kost, 5x tgl. Obst oder Rohkost
Evt. aufsteigende Fussbäder

Bei Verschlechterung oder Nicht-Abklingen der Beschwerden innerhalb von 7 Tagen,
sollten Sie sich wieder bei mir vorstellen. Evt. ist dann eine weiterführende
Diagnostik und / oder eine antibiotische Therapie nötig.

Gute Besserung !

Ihr
Dr. A. Filzmayer