

MARTIN  
STRAUBE

## ERKÄLTUNGSERKRANKUNGEN



Behandlungsmöglichkeiten mit OTC-Präparaten der Anthroposophischen Medizin

## Inhalt

Erkältungen .....	3
Fieber .....	4
Weleda Ferrum phosphoricum comp. Streukügelchen und Infludo Tropfen.....	5
Weleda Fieber- und Zahnungszäpfchen.....	7
Husten .....	9
Weleda Hustenelixier.....	10
Verbascum comp. Tropfen .....	12
Weleda Schnupfencreme .....	14
Rhinodoron .....	15

## Erkältungen

---

Erkältungen sind Infekte. Aber es ist nicht der Ansturm feindlicher Viren und Bakterien, die den Infekt bewirken. Es ist die Kälte.

Durch die Kälte reagieren wir mit einem Rückzug des Blutes aus der Peripherie, wie auch umgekehrt die Durchblutung in der Peripherie zunimmt, wenn es draußen warm oder heiß ist. In der Kälte würden wir viel Wärme verlieren, wäre die Durchblutung in der Peripherie gleichbleibend stark.

Der erschöpfte, gestresste oder anders geschwächte Organismus reagiert hier unangemessen und wir kühlen aus, wenn es draußen kalt oder nass wird. Mit dem Rückzug des Blutes kommt es auch zu einer verminderten immunologischen Präsenz in der Haut und besonders in den Schleimhäuten und damit zu einer Verminderung der eigenen Lebensvorgänge. Diese Bedingung ist Voraussetzung dafür, dass ein fremdes Leben sich dort ausbreiten kann.

Denn es gehört zu unseren Alltagserfahrungen, dass bei den Erkältungswellen im Herbst und Winter nie alle Menschen ergreift, die der Anwesenheit von Keimen ausgesetzt sind.

Einer Erkältung geht somit immer eine Disposition voraus, die durch Kälte verstärkt wird. Nicht nur körperliche Erschöpfung disponiert zu Erkältungserkrankungen, sondern auch „innere Kälte“, wie sie durch Stress, Langeweile, Ängste oder Schrecksituationen entsteht.

Schweißtreibendes Arbeiten oder überhitzendes Spielen von Kindern kann die Peripherie so stark durchwärmen, dass wir beim Hinzutreten der äußeren Kälte zu viel Wärme verlieren, auskühlen.

Immer ist es die Kälte, die zu Schnupfen, Husten, Grippe & Co disponiert.

### Vorbeugung:

*Da Erkältungserkrankungen eine Disposition voraussetzen, kann man auch vorbeugen.*

### Durchblutungssteigerung:

*Wechselduschen der Unterschenkel oder ansteigende Fußbäder fördern die Durchblutung. Dass heiße Bad (z.B. mit Edeltannenbadezusatz) durchwärmt nachhaltig. Angemessene Kleidung hält die Wärme.*

### Vitamine:

*Obst, Säfte und Salate sind wichtig. Eine Vitaminwunderdroge ist der Sanddorn. Sanddornelixier oder Sanddornursaft täglich genossen, im Getränk oder in der Salatsoße, steigert die Abwehrkräfte.*

### Trinken:

*Besonders in Erkältungszeiten sollten wir viel trinken, besonders warme Tees. Lindenblütentee zum Schwitzen oder Ingwertee sind gut in gefährdeten Zeiten.*

### Seelische Prophylaxe:

*Alles, was begeistert, ein tiefes Interesse weckt und innerlich positiv bewegt, durchwärmt nicht nur seelisch, sondern auch körperlich.*

## Fieber

---

Fieber ist die Gegenbewegung des Wärmeorganismus nach der Durchkühlung.

Fieber ist dabei eine sinnvolle Gegenmaßnahme des Organismus, die versucht, ihn wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

Fieber ist auch aus anderen Gründen sinnvoll.

Pro Zehntelgrad Temperaturerhöhung halbiert sich die Teilungsrate von Keimen. Hier ist Fieber eine reale Hilfe des Immunsystems bei der Abwehr fremden Lebens.

Je mehr fieberhafte Erkrankungen in der Kindheit stattgefunden haben, desto seltener erkrankt der betreffende Mensch später an bösartigen Tumoren. Fieber hat eine protektive Wirkung weit über die Zeit des Infektes hinweg.

Allergien prägen sich seltener aus, je mehr fieberhafte durchgemacht werden. Auch hier hat Fieber eine Schutzfunktion.

Es kann also Sinn machen, wenn es die Umstände erlauben und die Erkrankung nicht gefährlich ist, das Fieber zuzulassen.

Die Naturheilkunde kennt viele Substanzen, die einen solchen Prozess begleiten können, dem Organismus zu Hilfe kommen und helfen, dass der Prozess nicht unkontrolliert sich verschlimmert und es zu einer raschen Abheilung kommt. Für den fieberhaften Infekt bietet die anthroposophische Medizin Kompositionspräparate an, die den Organismus in den unterschiedlichen Phasen unterstützen.

### Regeln beim Fieber:

#### Betruhe

*Wichtig ist die Betruhe. In der Ruhe des Schlafes regenerieren wir am stärksten. Durch die Ruhe am Tag schaffen wir eine Bedingung, dass dies soweit wie möglich sich auch in den Tag hineinzieht.*

#### Trinken

*Auch im Fieber müssen wir trinken, nicht nur um das Blutvolumen zu halten für eine ausreichende immunologische Präsenz in der Peripherie, sondern auch um den Verlust über die Atmung auszugleichen. Ferner werden Infekte in dem Moment besser, wo sich der Husten löst, die Nase läuft etc. Auch dafür bedarf es eines Flüssigkeitsüberschusses.*

#### Schonkost

*Wer fiebert, muss nicht viel essen. Wer aber von der eigenen Substanz zehrt, braucht viele Vitamine und essentielle Fett- und Aminosäuren, die alle im Sanddorn enthalten sind. Sanddornelixier und Sanddornsaft sind auch hier sinnvoll neben dem hohen Gehalt an Vitamin A, C und E.*

## Weleda Ferrum phosphoricum comp. Streukügelchen und Infludo Tropfen

### Ferrum phosphoricum comp.:

#### **Inhalt:**

Aconitum napellus D1  
 Bryonia D1  
 Eucalyptus Urtinktur  
 Eupatorium perfoliatum D1  
 Ferrum phosphoricum D6  
 Sabadilla D1

#### **Anwendung:**

Grippale Infekte, fieberhafte Erkältungskrankheiten

#### **Dosierung:**

Säuglinge:	3-5	Streukügelchen
Kinder:	5-10	Streukügelchen
Erwachsene:	15	Streukügelchen

=> alle 1-2 Std.

Gut geeignet auch in der Schwangerschaft!

### Infludo

#### **Inhalt:**

Aconitum napellus D3  
 Bryonia D2  
 Eucalyptus D2  
 Eupatorium perfoliatum D2  
 Phosphorus D4  
 Sabadilla D3

#### **Anwendungsgebiete:**

grippale Infekte und fieberhafte Erkältungskrankheiten

#### **Dosierung:**

alle 1-2 Std. 5-8 Tropfen in Wasser oder  
 60 – 80 Tropfen auf ein Glas Wasser, über  
 den Tag verteilt schluckweise trinken

#### **Achtung:**

nicht bei Kleinkindern, Schwangeren und  
 phosphorempfindlichen Personen!

Beide Präparate sind fast gleich. Der Hauptunterschied liegt in der Galenik (Kügelchen und Tropfen mit 64 Vol% Alkohol) und darin, dass im Infludo Phosphor D4 und in Ferrum phosphoricum comp. stattdessen Ferrum phosphoricum D6 enthalten ist.

Beide Präparate sind so konzipiert, dass dem Organismus in allen Phasen eines zyklischen Infektes Hilfe zukommt.

Der Beginn ist meist akut und dramatisch mit Nervenbeteiligung (Kopfschmerzen, Angst oder Eintrübung). Hier hilft Aconit.

Solange das hohe Fieber anhält, kommt es zu einer schmerzhaften Austrocknung der serösen Häute und Schleimhäute. Hier hilft Bryonia.

In der Phase des mäßigen Fieberkontinuums kommt es zu Erschöpfung und Schmerzen der langen peripheren Nerven. Hier hilft Eupatorium, das auch das Immunsystem stimuliert.

Gegen Ende des Infektes ist die Erschöpfung groß, der Körper ist ausgezehrt und sinnesempfindlich. Hier helfen sowohl Phosphor, wie auch Ferrum phosphoricum.

Auf dem Boden eines Virusinfektes kommt es in der Regel zu einer bakteriellen Sekundärinfektion mit eitrigem Schnupfen oder Auswurf. Hier sollte das unspezifische Immunsystem stimuliert werden, was durch Eucalyptus geschieht.

Kommt es doch zu einem chronisch eitrigem Prozess, hilft noch Sabadilla.

Die beiden Präparate sind sehr zuverlässig wirksam und können auch eingenommen werden, wenn bemerkt wird, dass ein Infekt sich ankündigt. Meist vergeht er dann, ohne auszubrechen.

Ein wesentliches Element besonders des Infludo ist der Phosphor, bei Ferrum phosphoricum comp. ist es das Ferrum phosphoricum. Phosphor durchwärmt! Das ist bei Infludo deutlicher, aber auch bei Ferrum phosphoricum noch wirksam. Die Anregung der Wärmebildung kann, frühzeitig genommen, ein Fieber überflüssig machen und der Infekt wird überwunden, bevor der Patient erkrankt. Wenn der Infekt im vollen Gange ist, kann diese innere Durchwärmung die Heilung weiter begünstigen. Dies unterscheidet Infludo und Ferrum phosphoricum comp. von den meisten Mitbewerbern (Meditonsin<sup>1</sup>, Sinupret, Contramutan und Umkaloabo).

Eupatorium, das auch in Contramutan enthalten ist, gilt als immunstimulierend und immunmodulierend. Auch damit unterscheidet sich dieses Präparat von vielen Mitbewerbern, denen diese Komponente fehlt.

Vorteile von Infludo und Ferrum phosphoricum comp.:

- Durchwärmung.
- Immunmodulierend und abwehrsteigernd.
- Alle Phasen eines Infektes sind einbezogen.
- Schmerzlindernd bei Nervenschmerzen oder feststehendem Husten.
- Rasche und zuverlässige Wirkung.
- Ferrum phosphoricum comp. kann ab dem Säuglingsalter in allen Altersgruppen und auch bei Schwangeren angewandt werden.

### **Beratungsbrücken:**

„Aspirin-Kunden“:

- Nicht nur Symptome unterdrücken, besser Selbstheilungskräfte aktivieren
- Symptomunterdrückung bringt nur kurzfristige Erfolge, es kann zu Rückschlägen kommen, da keine Heilung erfolgt ist
- Schmerz- und Fiebersenkende Mittel erniedrigen die Körpertemperatur  
=> Selbstheilungskräfte brauchen Wärme!

„Gelomyrtol- und Sinupret-Kunden“:

- decken nur eine Phase und nicht die ganze Bandbreite an Beschwerden einer Erkältung ab

---

<sup>1</sup> Der Quecksilbergehalt des Meditonsin hat dieses Mittel in die Kritik gebracht. Ähnlich bedenkliche Inhaltsstoffe sind in Ferrum phosphoricum comp. und Infludo nicht enthalten.

## Weleda Fieber- und Zahnungszäpfchen

**Inhalt:**

Belladonna D3  
Chamomilla D2  
Echinacea angustifolia Urt.  
Echinacea purpurea Urt.  
Papaver somniferum D3  
Argentum metallicum praeparatum D19

**Anwendung:**

Akute fieberhafte Erkrankungen, Unruhezustände, Zahnungsschwierigkeiten

**Dosierung:**

2-4x tägl. 1 Zäpfchen einführen

Sehr häufig gehen Verzögerungen oder das Überwinden von Entwicklungshindernissen mit Fieber und unklaren Beschwerden, wie Schmerzen oder Verdauungsproblemen einher. Manchmal sehen wir erst im Nachhinein, dass ein Zahn, das Laufenlernen oder ein Kummer die Beschwerden ausgelöst haben, manchmal aber ist es auch der Beginn eines banalen Infektes oder einer ernsten Erkrankung. Oder es kann sich aufgrund einer solchen Umstellungsunstimmigkeit ein Infekt entwickeln. Bei kleinen Kindern ist es nicht sinnvoll abzuwarten. Denn die Beschwerden rauben den Nachtschlaf, dadurch wird das Kind oft sehr rasch kraftlos und ist empfänglich für Infekte oder Anderes. Und wenn es der Beginn eines Infektes oder einer ernsteren Erkrankung ist, dann braucht es besonders jetzt einer Stärkung.

Mit den WELEDA Fieber- und Zahnungszäpfchen steht hier ein bewährtes Präparat zur Verfügung:

Kamillenwurzel wirkt krampflösend und entzündungshemmend. Es ist ein bewährtes Mittel zur Beruhigung bei Quängeligkeit und nervöser Unruhe.

ist ein starkes Mittel bei beginnenden Fieberzuständen, anschwellenden Entzündungen, schmerzhaften und eitrigen Prozessen. Seine Symptome sind Calor, Dolor, Rubor, Tumor und Functio laesa (Erwärmung, Schmerz, Rötung, Schwellung und Funktionseinschränkung). Es begrenzt die Entzündung und stärkt die Abwehr.

Der Sonnenhut trägt ordnende, Gestalt bewahrende Kräfte in sich, wirkt resistenzsteigernd und stimulierend auf das unspezifische Immunsystem.

Schlafmohn beruhigt und fördert einen ausgeglichenen Schlaf.

Das durch den Metallspiegel in seiner Wirkung gesteigerte Silber regt die Regenerationskräfte an und unterstützt den erschöpften Organismus.

Damit sind die Zäpfchen ideal, um beginnende Erkrankungen zu mildern und Begleitsymptome von Übergangssymptomen zu mildern, den Schlaf zu fördern und Kräfte zu sammeln.

Leider hat das BfArM bei der Namensänderung (zuvor Chamomilla comp.) die Zulassung für das erste Lebensjahr verweigert, da es Sorge hat, dass zu lange echinaceahaltige Arzneimittel gegeben werden. Die angedeuteten Indikationen aber legen es nicht nahe, diese Zäpfchen länger als 3-4 Tage zu geben, so dass die Sorge unberechtigt ist. Dennoch steht das Mittel nun leider nicht in dem Alter zu Verfügung, in dem die Zahnungsbeschwerden am Häufigsten sind...

**Kundennutzen:**

- hilft schnell und zuverlässig bei Fieber und Schmerzen
- beruhigt und fördert den gesunden Schlaf
- unterstützt Regenerations- und Aufbauprozesse

**Alternativpräparate:**

Viburcol mit Belladonna, Chamomilla, Calcium carbonicum, Plantago und Pulsatilla beansprucht eine ähnliche Indikationsbreite. Es ist noch ab dem ersten Lebenstag zugelassen. Während dies auch für die Weleda Fieber- und Zahnungszäpfchen galt, wurde die Alters einschränkung bei der Wiedenzulassung ausgesprochen. Eine solche ist für Viburcol bislang nicht beantragt. Solange sind Viburcolzäpfchen ein Ersatz im ersten Lebensjahr.

## Husten

Der Husten ist ein Symptom. Der Reiz der Schleimhaut löst einen Hustenreiz ebenso aus, wie zu viel Schleim, wie er im Rahmen des Infektes entsteht. In der ersten Phase einer Bronchitis kann er quälend, in der akuten Phase einer Bronchitis kann er sinnvoll sein, wenn sich die Bronchien mit Schleim reinigen. Bei einer chronischen Bronchitis wird der Schleim zäher und fester, der Husten wird spastisch und wenn der Infekt schwelt, kann es zu pendelnden Infekten, z.B. zur gefährdeten und lange währenden Sinubronchitis.

Husten ist ein Reinigungsvorgang. Hierzu müssen sich Sekrete lösen können. Dazu bedarf es eines Flüssigkeitsüberschusses. Viel Trinken ist daher eine der wichtigsten Regeln. Besonders warme Getränke sind hier wichtig und dazu bieten sich viele Tees an.

Die wichtigsten Teedrogen sind:

Eibischwurzeln, die antitussiv wirken,

Spitzwegerichblätter, die antiseptisch und adstringierend wirken,

Isländisch Moos, das reinigt und expectorierend wirkt,

Fenchelsamen, deren ätherisches Öl sekretolytisch, expectorierend und spasmolytisch wirkt,

Süßholzwurzel, die antiphlogistisch und expectorierend wirkt,

Primelblüten, die expectorierend und sekretolytisch sind,

Königskerzenblüten, die Schleim lösen und expectorierend wirken.

Die Wärme des Tees tut ein Übriges zur Ausscheidung.

Zusätzlich können ätherische Öle von Außen auf die Brust aufgetragen helfen. Ätherische Öle werden von der Haut aufgenommen, gelangen über das Blut in die Atemwege und werden dort ausgeschieden, wirken lösend, nehmen Schleime mit und besitzen eine milde antibiotische Wirkung.

Das **WELEDA Bronchialbalsam** enthält solche ätherische Öle, die anders als bei vielen Konkurrenzprodukten ölig gelöst sind und ohne das plötzliche Kältegefühl beim Auftragen auskommen, sondern wärmen und die Wärme auch gut halten. Wegen der Minzöle ist die Anwendung bei Kindern unter 2 Jahren nicht zugelassen. Hier kann man besonders bei Reizhusten Ölwickel mit Lavendelöl machen. Dazu tropft man 40-50 Tropfen **WELEDA-Lavendelöl 10%** auf ein Leinenläppchen, das man in Alufolie abgeschlossen zwischen zwei Wärmflaschen erwärmt, um es dann (ohne Alufolie) auf die Brust zu legen, mit Wollfließ abdeckt und mit einem Handtuch einpackt.

Die Wärme ist ohnehin wichtig. Wärme löst und entspannt. Auch ohne warme Füße wird es nicht gelingen, Infekte auszuheilen; besonders bei chronischen Erkrankungen ist es eine nicht zu unterschätzende Maßnahme durch Fußbäder (mit Senf- oder Ingwermehl) rasch, oder durch Kupfersalbe (**Cuprum met. Praep. 0,4% Ungt.**) anhaltend die Füße zu wärmen.

## Weleda Hustenelixier

**Inhalt:**

- Eibischwurzel (*Althaea radix*)
- Anis (*Anisi fructus*)
- Andornkraut (*Marrubium vulgare*)
- Bittersüßstängel (*Solanum dulcamara*, *Stipites*)
- Quendelkraut (*Serpylli herba*)
- Thymian (*Thymi herba*)
- Sonnentau (*Drosera*)
- Malzextrakt (*Extraktum Malti*)
- Brechwurzel (*Ipecacuanha*)
- Küchenschelle (*Pulsatilla vulgaris*)

**Anwendung:**

Akute katarrhalische Entzündungen der Luftwege.  
Fördert das Abhusten von zähem Schleim und lindert den Hustenreiz

**Dosierung:**

Kleinkinder 1-5 Jahre: 3 x tägl. ¼ bis ½ Teel.  
Erwachsene und Kinder ab 6 Jahren: alle 3 Std. 1 Teel.

Am besten in warmem Tee einnehmen

**Achtung:**

Nicht im 1. Lebensjahr und nicht für Diabetiker geeignet (hoher Zuckergehalt!)  
Wegen des Bestandteils *Solanum dulcamara* nicht anwenden in Schwangerschaft und Stillzeit!

Es handelt sich um ein Kompositionspräparat unterschiedlicher Pflanzenextrakte, die zusammenwirken, den Schleim zu lösen, das Abhusten zu erleichtern, quälenden und frustrierenden Hustenreiz zu mildern und einer chronischen Verlaufsform nicht nur vorzubeugen, sondern auch im Falle einer Chronifizierung, diese zum chronische Bronchitis zum Ausheilen zu bringen.

Wie beim grippalen Infekt, bedarf es auch hier der Wärme. Die arzneilichen Bestandteile Anis, Thymian, Quendel und Andorn und ebenso der Malzextrakt haben eine solche Wärmewirkung, sie wirken spasmolytisch, entzündungsberuhigend und stärken den Stoffwechsel.

Besonders der Anis, Eibisch und Andorn entlasten die Atmung auch durch ihre entblähende Eigenschaft. Besonders bei chronischen Verlaufsformen der Bronchitis vermehren sich die Darmgase (wenn dauerhaft in den Luftwegen Flüssigkeiten sind, antwortet der Organismus mit mehr Luft dort, wo es flüssig sein soll, dem Dünndarm). Darmgase sammeln sich bei aufrechter Körperhaltung immer oben und drücken das Zwerchfell hoch, so dass die unteren Lungenabschnitte kaum noch belüftet werden. Ein Fortschreiten einer Bronchitis zu einer Bronchopneumonie ist dann eine reelle Gefahr.

Eibisch und Bittersüßer Nachtschatten lindern den Hustenreiz, zudem ist der bitter-süße Nachtschatten eines der homöopathischen Hauptmittel beim chronischen Infekt. Er ist „die kleine Schwester“ solch heftiger Nachtschattengewächse wie der Belladonna, die wir in akuten und dramatischen Infekten einsetzen. Diese „abgemilderte Belladonna“ hemmt die Durchlässigkeit der Kapillaren in der entzündeten Schleimhaut und hat damit eine entzündungshemmende und krampflösende Wirkung.

Die Eibischwurzel enthält Schleimstoffe, die sich schützend über die Schleimhaut legen und die Hustenrezeptoren der Bronchialschleimhaut schützen vor kalter Luft, Stäuben und Entzündungsmediatoren.

Andornkraut ist ein verdauungsförderndes Kraut, was, wie oben erwähnt entbläht und gleichzeitig das Abhusten von Sekreten in den Atemwegen fördert.

Anis kann neben der entblähenden Wirkung auch Schleime lösen, ist milde spasmolytisch und antibakteriell. Besonders aber ist bei Anis, dass er die Zilienbewegung der Schleimhaut fördert. Damit sorgt er für eine Reinigung der Atemwege über das Husten hinaus.

Auch Thymian fördert den Zilientransport der Bronchialschleimhaut und kann, wie auch der Quendel den entzündlichen Hustenreiz mildern und Krämpfe lösen.

Der Sonnentau ist ein auch in der Asthmatherapie verwendetes Spasmolyticum und verhindert, dass der Schleim zu zäh und fest wird.

Ipecacuanha ist ebenfalls eine alte schleimlösende und das Abhusten fördernde Arzneipflanze. Darüber hinaus ist sie eine Droge, die bei inneren Intoxikationen eingesetzt wird, wie sie bei vielen chronischen Entzündungen zu beobachten ist.

Pulsatilla schließlich ist die Königin des Flüssigkeitshaushaltes. Besonders bei chronischen Sekretüberschüssen, aber auch bei pendelnden Verläufen, wie der Sinubronchitis ist Pulsatilla, die Küchenschelle bewährt.

Ein Gleichgewicht zwischen Linderung des Reizes und Abhusten kann sich einstellen, durchwärmende Pflanzen unterstützen die Selbstheilungskräfte bis hin zu chronischen Verläufen von Bronchitiden.

### **Kundennutzen:**

- pflanzlicher Hustensaft, der die Bronchien wieder ins Gleichgewicht bringt
- fördert das Abhusten, lindert den Reiz
- schmeckt Kindern!

### **Alternativpräparate:**

Es ist der einzige Saft, der antibakteriell, sekretolytisch, motilitätsfördernd im Bezug auf die Flimmerhärchen und hustenreizmildernd ist.

Bronchicum und Thymipin haben davon den antibakteriellen Aspekt, ACC und Ambroxol nur die sekretolytische Indikation, Efeupräparate sind auch sekretolytisch und motilitätsfördernd. Das Hustenelixier ist breiter in der Anwendung!

## Verbascum comp. Tropfen

**Inhalt:**

Cetraria islandica ☞  
Achillea millefolium ☞  
Pimpinella anisum ☞  
Verbascum densiflorum D2

**Anwendung:**

Entzündliche Erkrankungen der Luftwege, z.B. Bronchitis mit trockenem Husten.

**Dosierung:**

3 x tgl. 10-20 TR

**Hinweis:**

Die Mischung enthält 57 Vol.-% Alkohol

Diese Tropfenmischung ist ein bewährtes Arzneimittel bei der chronischen Bronchitis.

Die Königskerze, die diesem Mittel den Namen gibt, ist das Bild einer Atemwegspflanze. Nicht nur die gelbe Blütenfarbe, die wir bei vielen saponinhaltigen, also schleimlösenden Arzneipflanzen finden ist charakteristisch, sondern auch ihre Art zu wachsen und sich in die Natur zu stellen. Verbascum ist ein naher Verwandter der Herzpflanze Digitalis. Digitalis steht im Halbschatten, seine dunkelvioletten Blüten öffnen sich nach unten und nur zu einer Seite, wobei sie einen geschlossenen Trichter bilden, in denen eine Hummel gut verschwinden kann. Verbascum steht mitten auf dem Schuttplatz, weithin mit seinen gelben Blüten leuchtend, die sich nach überallhin öffnen und keinen Hohlraum bilden. Das eigenraumbildende Herz und seine im Innern verborgene Blutgefäße stehen hier den umweltoffenen Atemwege, die sich nach außen öffnen, gegenüber. Diese unterschiedliche Dynamik spiegelt sich anschaulich in diesen beiden Pflanzen wieder. Sehen wir dann Menschen mit chronischen Bronchitiden vor uns, besonders Kinder, die ernst, gebeugt, grau im Gesicht, mit dunklen Rändern unter den Augen in die Sprechstunde kommen, so kann die Aufrechte, das Leuchten, die Unbekümmertheit und das nach Überall Strahlende einer Königskerze als Bild für das auf, was man einem solchen Kranken wünscht.

Cetraria islandica, das isländische Moos ist eine Pflanze besonderer Vitalität. Auf Permafrostböden und unter einer Schneedecke wächst sie jenseits des Polarkreises. Keine Pflanze kommt mit weniger Licht und Wärme aus und es verwundert nicht, dass sie dort hilft, wo besonders Kälte und auch Lichtmangel unsere eigene Vitalität so geschwächt hat, dass wir fremdes Leben in den Bronchien nicht mehr abwehren können. Cetraria reinigt die Atmosphäre und wirkt besonders auch da, wo Schadstoffe in der Atemluft eine Bronchitis gebahnt haben. Cetraria reguliert die Schleimbildung, wirkt antientzündlich und kräftigt den kraftlos gewordenen Organismus.

Die Schafgarbenblüten sind für ihre durchwärmende Eigenschaft bekannt. Sie regen den Sekretfluss an, sind entzündungshemmend und regenerationsfördernd.

Anis kann neben einer entblähenden Wirkung auch Schleime lösen, ist milde spasmolytisch und antibakteriell. Besonders aber ist bei Anis, dass er die Zilienbewegung der Schleimhaut fördert. Damit sorgt er für eine Reinigung der Atemwege über das Husten hinaus.

Verbascum lindert den Hustenreiz, löst festsitzenden Schleim und fördert den Auswurf.

**Alternativpräparate:**

Nicht bekannt.

## Weleda Schnupfencreme

### Inhalt

- Aesculinum
- Berberis, Fructus
- Bryonia D3
- Echinacea angust.
- Prunus spin., Fructus
- Hydrargyrum sulf. rub. D4
- D-Camphora
- Eucalyptus
- Mentha piperita
- Thymian

### Anwendung

Akuter und anhaltender Schnupfen, Borkenbildung der Nasenschleimhäute

### Dosierung

Kleinkinder von 2-5: am Naseneingang leicht verstreichen

Erwachsene und Schulkinder: mehrmals tägl. erbsengroße Menge in die Nase einbringen

### Achtung:

Nicht unter 2 Jahren anwenden!

Nicht länger als 8 Wochen anwenden.

Eine Komposition von verschiedenen Wirkstoffen sorgt für Entzündungshemmung und Schleimlösung, wirkt adstringierend und bringt die Schleimhäute wieder ins Gleichgewicht.

Roskastanie, Berberitze, Zaurrübe und Schlehe stabilisieren und strukturieren das Gewebe, wirken adstringierend und entzündungshemmend. Sonnenhut aktiviert die Immunreaktionen und wirkt ebenfalls entzündungshemmend.

Zinnober ist das „Mineral der Schleimhäute“ mit der Eigenschaft, Abgesondertes wieder in den Organismus zu integrieren.

Wärmepflanzen wie Thymian, Pfefferminzöl, Eucalyptus und auch Kampfer bringen Wärme an das durch Erkältung geschwächte Organ und regen die Selbstheilungskräfte an.

### Kundennutzen:

- eine natürliche Alternative zu abschwellenden Nasensprays
- keine Abhängigkeiten zu befürchten!
- Sofortwirkung

## Rhinodoron

**Inhalt:**

Meersalz  
Aloe Vera Gel  
Wasser

**Anwendung:**

Zur Befeuchtung, Reinigung und Pflege der Nasenhöhlen,  
zur Förderung der Regeneration der Nasenschleimhaut

**Dosierung:**

Säuglinge und  
Kleinkinder bis 6 Jahren: 2-6x tägl. 1 Sprühstoß pro Nasenloch (die Flasche nicht zu tief in die Nase führen)  
Erwachsene und Schulkinder: 2-6x tägl. 1-2 Sprühstöße pro Nasenloch

**Erläuterung:**

Aloe Vera ist eine Wüstenpflanze mit der Fähigkeit, große Mengen Wasser speichern zu können. Diesen Flüssigkeitsreichtum kann Aloe auch weitergeben. Zugleich hat sie eine regenerierende Wirkung auf die Haut und auf die Schleimhäute und ist reizlindernd.

Im Rhinodoron – Nasenspray sorgt sie so für eine nachhaltige Pflege der gestressten Nasenschleimhäute, die angefeuchtet werden, und durch die gelige Form auch nachhaltig feucht bleiben und deshalb wieder anschwellen können.

Eine milde Konzentration von Meersalz sorgt für eine Osmose, so dass der Feuchtigkeit, die durch Aloe vermittelt wird, von Innen Sekrete entgegen kommen.

Nicht nur Anschwellung und Pflege sind bei diesem Präparat wichtig. Häufig wird vergessen, dass die Nase besonders in Erkältungs- oder Heuschnupfenzeiten stark mit Erregern oder Pollen verschmutzt ist. Diese Belastung ergibt sich beim normalen Einatmen! Eine große Erleichterung für den Organismus ist eine tägliche Reinigung der Nasenschleimhaut, die leicht durchzuführen ist: Einfach mehrere Sprühstöße in jedes Nasenloch geben und dann gründlich die Nase putzen! Rhinodoron reinigt und pflegt zugleich. Wenn die Nasenatmung behindert ist und der Patient durch den Mund atmet, gelangen Pollen in die Bronchien und aus dem harmloseren Heuschnupfen kann sich leicht ein allergisches Asthma entwickeln.

Die Nasenatmung ist wichtig. Hier werden Feuchtigkeit und Temperatur „gemessen“ und damit die Durchblutung und die Sekretbildung in den Atemwegen gesteuert, damit die Luft wohltemperiert, angefeuchtet und staubfrei in die Lunge gelangt. Für Staubbefreiheit sorgt die Nase ebenfalls. Der Atemstrom wird in der Nase auf Sturmstärke beschleunigt, bis im Rachen die Atemwege um 90° abknicken – größere Staubpartikel, auch viele Pollen werden dann gegen die Rachenwand geschleudert, in Sekreten festgehalten, die dann heruntergeschluckt werden. Eine freie Nasenatmung, wie sie durch Rhinodoron möglich ist, sorgt so auch für sauberere Atemluft und entlastet Bronchien und Lungen.

**Kundennutzen:**

- mildes Nasenspray zum Abschwellen und zur nachhaltigen Pflege der Nasenschleimhäute
- sehr gut geeignet zur täglichen Reinigung der Nase in Belastungszeiten oder in Räumen ohne frische Luft mit Zentralheizung etc.
- regeneriert angegriffene Schleimhäute
- geeignet schon für Säuglinge
- Der Nasenspray hat ein Comod-System, weswegen es keinen Rückfluss gibt und die Lösung bis zum Schluss haltbar bleibt und somit nach Öffnung der Packung bis zur Neige nutzbar bleibt.

**Alternativpräparate:**

Rinopret enthält mit einer ähnlichen Indikation Dexpantenol. Zusätzlich aber ist Eucalyptusöl enthalten, was im Gegensatz zu Rhinodoron die Anwendung im Säuglings- und Kindesalter ausschließt.