



Atemwegsinfekte – häufige Erkrankung bei Kindern

Das Immunsystem muss lernen

Bereits während der Schwangerschaft fängt das Immunsystem des Ungeborenen an, sich zu entwickeln, ist aber bei der Geburt noch nicht vollständig ausgereift. Zuerst über die Plazenta und später über die Muttermilch bekommt das Baby Antikörper von der Mutter, um solange gewappnet zu sein, bis das eigene Abwehrsystem in der Lage ist, den Kampf gegen die allgegenwärtigen Viren, Bakterien und Pilze aufzunehmen.

In den ersten Lebensjahren wird das kindliche Immunsystem trainiert, hierbei sind zwölf einfache Atemwegsinfekte pro Jahr völlig normal. Die Anzahl der Infekte wird in den folgenden Jahren weniger, doch auch im Grundschulalter sind es noch immer bis zu acht Erkältungen pro Jahr.



Eine Erkältung pro Monat kann bei Kindern durchaus normal sein.

Falsch wäre jetzt die Annahme, man müsse die Kinder vor allen Ansteckungsquellen schützen und die Umgebung möglichst keimfrei halten. Viele Untersuchungen haben gezeigt, dass gerade die Kinder, die mit vielen verschiedenen Krankheitserregern in Kontakt kommen, z. B. in ländlichen Regionen, ein besonders effektives Abwehrsystem haben. Auch Kinder, die zum Beispiel durch Betreuung in Krippen oder durch Tagesmütter früh Kontakt mit anderen Kindern haben, sind später besser gerüstet.

Ein kleiner Trost

Falls die Erkältung Sie oder Ihre Familie doch mal erwischt: Jeder Infekt ist wie ein Fitness-Center für das Immunsystem.

Erkältung durch Kälte?



Manchmal hat man das Gefühl, dass sich Erkältungen in den Wintermonaten einnisten, als wäre unser Körper eine einladende Winterhütte. In solchen Momenten ist es wichtig, kleinen und größeren Patienten eine warme und gemütliche Umgebung zu schaffen, um den Heilungsprozess zu unterstützen. Aber hat die Erkältung wirklich etwas mit Kälte zu tun?

Tatsächlich ist die Verbindung zwischen Erkältungen und Kälte eher indirekt. Obwohl die winterlichen Temperaturen das Immunsystem beeinflussen können, sind es oft enge soziale Kontakte in geschlossenen Räumen, die die Verbreitung von Viren begünstigen. Die herkömmlichen Erkältungsviren werden vorwiegend durch direkten Kontakt, wie Händeschütteln oder das Berühren von gemeinsam genutzten Oberflächen, übertragen. Daher spielt neben warmen Kleidungsschichten auch die Aufrechterhaltung von Hygienemaßnahmen, wie regelmäßiges Händewaschen und das Vermeiden von engem Kontakt mit Erkrankten, eine entscheidende Rolle, um die Ausbreitung von Erkältungsviren einzudämmen.



Viele Erkältungsviren können z. B. auf Türklinken, der Fernbedienung oder dem Lieblingsspielzeug mehrere Stunden überleben.

Kann man vorbeugen?

Da auch andere Umstände, wie zum Beispiel Stress, besondere Belastung oder Übermüdung, das Immunsystem schwächen und dadurch die Anfälligkeit gegenüber den Krankheitserregern erhöhen können, ist es im Sinne der Prophylaxe ratsam, auf eine ausgewogene Lebensweise zu achten, ausreichend zu schlafen und Stress zu reduzieren. Eine gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung an frischer Luft sowie die Stärkung des Immunsystems durch natürliche Mittel wie Vitamin C können präventiv wirken.

Ganz vermeiden lässt sich eine Erkältungskrankheit aber oft nicht. Leichte Infekte ohne hohes Fieber sind in der Regel harmlos, auch wenn die Symptome lästig sind. Sie können in der Regel gut mit Hausmitteln und Arzneien aus dem naturheilkundlichen Bereich abgemildert werden.



Vorsicht: Für Säuglinge oder Kleinkinder sind ätherischen Öle aufgrund möglicher schwerer Nebenwirkungen nicht geeignet.

Tipps, um Infektionen vorzubeugen:

- ✓ regelmäßig Händewaschen
- ✓ Einmaltaschentücher verwenden und direkt danach wegwerfen
- ✓ auch in der kalten Jahreszeit möglichst häufig an der frischen Luft bewegen
- ✓ geheizte Räume regelmäßig lüften
- ✓ gesunde, ausgewogene Ernährung mit frischem Obst und Gemüse
- ✓ Stress vermeiden
- ✓ ausreichend Schlaf

Ärztliche Abklärung

Bei einer Ausdehnung der Viren oder dem Hinzukommen von Bakterien können aus einem an sich harmlosen grippalen Infekt auch schwerwiegendere Erkrankungen entstehen. Dazu gehören insbesondere Entzündungen der Nasennebenhöhlen (Sinusitis), Mittelohrentzündung (Otitis media), Bronchitis und Mandelentzündung (Angina), bei denen stets die Konsultation eines Kinderarztes oder einer Kinderärztin empfohlen wird.

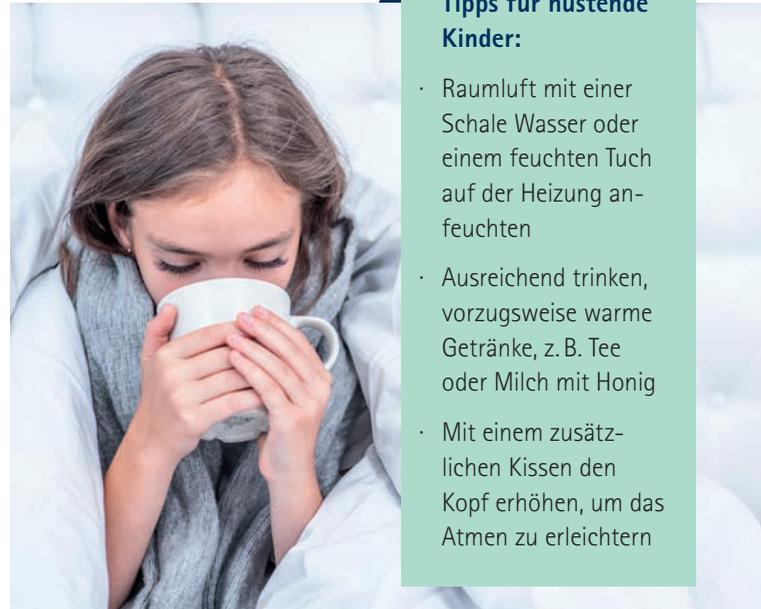
Eine ärztliche Abklärung ist unbedingt erforderlich, sollten die nachfolgend aufgeführten Symptome bei Ihrem Kind auftreten. Es ist ratsam, sich auf jeden Fall bei Säuglingen an den Kinderarzt oder die Kinderärztin zu wenden, auch wenn keines dieser Symptome vorliegt; ebenso wenn Sie beunruhigt oder unsicher sind oder sich Sorgen machen.

Alarmzeichen:

-  Ihr Kind hat mehr als 38,5 °C oder länger als 3 Tage Fieber
-  Der Husten, bzw. die Erkältung klingt nicht nach wenigen Tagen ab
-  Ihr Kind hat gelb-grünlichen oder blutigen Auswurf
-  Ihr Kind atmet auffallend rasch oder schwer (z. B. „Nasenflügeln“)
-  Beim Ein- oder Ausatmen entstehen Atemgeräusche
-  Der Husten beginnt sehr plötzlich (Verdacht auf Fremdkörper)
-  Das Allgemeinbefinden Ihres Kindes ist schlecht
-  Ihr Kind hat akute Atemnot oder starken Husten mit bellendem, hartem Ton, dann gilt: sofort in die Klinik, ggf. sogar einen Notarzt rufen (Verdacht auf Pseudokrapp)

Tipps für hustende Kinder:

- Raumluft mit einer Schale Wasser oder einem feuchten Tuch auf der Heizung anfeuchten
- Ausreichend trinken, vorzugsweise warme Getränke, z. B. Tee oder Milch mit Honig
- Mit einem zusätzlichen Kissen den Kopf erhöhen, um das Atmen zu erleichtern



Im Gegensatz zu Erwachsenen, bei denen die Erkältung meist auf die oberen Atemwege beschränkt bleibt, neigen Kinder häufiger dazu, einen irritierenden aber vergleichsweise harmlosen Reizhusten zu entwickeln. Dieser kann abends zusätzlich noch durch trockene Heizungsluft verstärkt werden, was das Einschlafen behindert und oft der ganzen Familie unruhige Nächte beschert. Die Dauer eines solchen grippalen Hustens beträgt etwa zwei Wochen und kann durch Hausmittel und natürliche Arzneimittel gelindert werden. Bei älteren Kindern kann die Anwendung von Salben mit ätherischen Ölen Erleichterung bringen.

Ein plötzlich auftretender „bellender“ Hustenanfall mit pfeifenden Geräuschen beim Einatmen kann bei kleineren Kindern auf einen Pseudokrapp-Anfall hindeuten. In solchen Situationen bewahren Sie Ruhe, nehmen das Kind in eine aufrechte Position auf den Arm und sorgen für eine frische, kühle Luftzufuhr. Falls die Beschwerden anhalten oder das Kind stark beeinträchtigt ist, empfiehlt sich eine umgehende ärztliche Behandlung.

Schneller durch die Erkältung

Die homöopathische Apotheke stellt eine breite Auswahl an Arzneimitteln zur Verfügung, um die Symptome einer Erkältung auf sanfte Weise zu behandeln. Der blaue Eisenhut gilt als klassisches homöopathisches Akutmittel und wird insbesondere zu Beginn einer grippalen Erkrankung eingesetzt. In ähnlicher Weise zeigt auch die hochverdünnte Form der Atropa belladonna eine lange Tradition, besonders bei Fieber und Schluckbeschwerden.

Für abendliches Kratzen im Hals oder trockenen Reiz- und Krampfhusten sind gelber Phosphor und Sonnentau bewährte homöopathische Mittel. Wohingegen die Chinarinde ihr Einsatzgebiet eher bei Erschöpfungszuständen infolge einer Erkältung hat und der Sonnenhut – als klassisches Immunstimulanz – darauf abzielt, die Erkrankungsdauer zu verkürzen.

metaglobiflu – bei Erkältungs- symptomen für Kinder ab 6 Jahren

metaglobiflu vereint die bewährten Wirksubstanzen Aconitum napellus (Blauer Eisenhut), Atropa belladonna (Tollkirsche), Phosphorus (Gelber Phosphor), Drosera (Sonnentau), Cinchona pubescens (Chinarinde) und Echinacea (Sonnenhut) in einer einzigartigen Formel, um eine umfassende Abdeckung der häufigsten Erkältungssymptome zu gewährleisten. Die harmonische Kombination der Wirkstoffe strebt nicht nur eine Linderung der gängigen Symptome an, sondern legt auch einen besonderen Fokus auf den bei Kindern besonders ausgeprägten Reizhusten. Auch die Darreichungsform als Globuli macht es besonders geeignet für Jugendliche und Kinder ab 6 Jahren.

Was metaglobiflu besonders auszeichnet, ist seine sanfte Wirkungsweise, die darauf abzielt, Erleichterung zu bieten, ohne dabei in den natürlichen Heilungsprozess des Körpers einzugreifen. Dennoch empfiehlt es sich bei offenen Fragen oder Unsicherheiten, einen Therapeuten zu konsultieren, um eine maßgeschneiderte und effektive Behandlung zu gewährleisten.

Inhaltsstoffe metaglobiflu



Aconitum napellus
Blauer Eisenhut

Atropa belladonna
Tollkirsche



Phosphorus
Gelber Phosphor



Drosera
Sonnentau



Cinchona pubescens
Chinarinde



Echinacea
Sonnenhut





metaglobiflu auf einen Blick

- ✓ ist ein homöopathisches Komplexmittel in Globuliform (Streukügelchen)
- ✓ enthält sechs aufeinander abgestimmte Wirksubstanzen gegen Erkältungen
- ✓ Schwerpunkt ist die Linderung von Halsschmerzen und (Reiz-)Husten zu Beginn einer Erkältung
- ✓ ist ideal für Kinder ab 6 Jahren

Verschreibt Globuli nicht immer ein klassischer Homöopath?

In der Homöopathie, einer Reiz- und Regulationstherapie, harmonisiert die Arznei quasi im Einklang (Resonanz) mit dem Körper. Diese Synergie ermöglicht es dem Körper, Ungleichgewichte oder Fehlfunktionen auszugleichen. Innerhalb der Homöopathie unterscheiden sich jedoch zwei Hauptausrichtungen: die klassische Homöopathie, auch als Einzelmittel-Homöopathie bekannt, und die Komplexmittel-Homöopathie.

Die klassische Homöopathie erfordert einen erfahrenen Therapeuten, der durch detaillierte Fragen versucht, das passende Einzelmittel zu finden. Obwohl die klassische Homöopathie einer komplexen Wissenschaft gleicht, sind homöopathische Komplexmittel wie metaglobiflu einfach und zeitnah einzusetzen, denn es werden mehrere homöopathische Arzneien sinnvoll miteinander kombiniert, wodurch die Kraft mehrerer Wirksubstanzen in einem

Präparat gebündelt wird. Dies ermöglicht eine gezielte Behandlung eines ganzen Symptomenkomplexes, wie zum Beispiel einer Erkältung mit Reizhusten. Häufig enthalten Komplexmittel auch unverdünnte Pflanzenextrakte, die als Urtinktur Ø gekennzeichnet sind.

Im Gegensatz zur klassischen Homöopathie erfordert die Verwendung von Komplexmitteln keine detaillierte Analyse zusätzlicher Symptome, Verschlimmerungen oder Konstitutionseigenschaften. Durch die klare Ausrichtung auf die Haupteinsatzgebiete der Einzelmittel wird eine effektive und unkomplizierte Anwendung ermöglicht. Homöopathische Komplexmittel bieten somit eine praktische und zugängliche Option zur Selbstbehandlung von Erkältungssymptomen.

i Homöopathische Komplexmittel müssen nicht hoch verdünnt (potenziert) sein, sie können auch Tiefpotenzen oder Urtinkturen enthalten.