



## Keine Narrenfreiheit für Erkältungsviren

*Von Rothenburg-Partner*

Erstellt am 29 Jan 2016 - 10:45

Zu Beginn der fünften Jahreszeit herrscht in weiten Teilen Deutschlands Ausnahmezustand. Es geht bunter, schriller und unkonventioneller zu denn je. Waschechte Karnevalisten bereiten sich schon lange im Voraus auf die Saison vor: Kreative Kostüme, wilde Choreografien und eine starke Immunabwehr sind unerlässlich. Für Erkältungsinfekte ist hier kein Platz. Haben sich dennoch Erkältungsviren festgesetzt, hilft ein bewährtes Mittel aus der Apotheke, die Symptome schnell zu lindern.

Im November startet Jahr für Jahr die Karnevalssaison. Bis in den Februar hinein steht eine Vielzahl von Veranstaltungen, Vorführungen und Straßenumzügen an. Während lauter ulkige Gestalten durch die Straßen tanzen, erfreuen sich mehrere tausend Schaulustige am Rande des Geschehens an den witzigen Kostümierungen und Darbietungen. Auch Erkältungsviren haben jetzt ihren Spaß. Das Problem ist nicht nur, dass sich viele Menschen an einem Ort drängen, sondern auch die winterlichen Temperaturen zu dieser Zeit: Bei regem Gläser- und Bützchen-Austausch können sich Krankheitserreger ungehindert von Körper zu Körper verteilen. Zudem beeinträchtigt Kälte die Funktion der Immunabwehr, insbesondere in den Bereichen des Körpers, die mit der kalten Luft in Berührung kommen wie zum Beispiel Nase und Hals. Die Schleimhäute im Nasen- und Rachenraum werden schlechter durchblutet. Erreger können demzufolge in den oberen Atemwegen nicht mehr so gut bekämpft werden.

### Klirrende Kälte und knappe Kostüme

Kurze Röcke, tiefe Dekolletés und Netzstrümpfe sehen zwar bei manchen heiß aus und verdrehen den feierwütigen Narren und Jecken leicht den Kopf, führen jedoch bei den niedrigen Temperaturen schnell zu einer Auskühlung des Körpers. Hinzu kommen Schlafdefizit und ein erhöhter Alkoholkonsum. Das Immunsystem ist geschwächt. Erkältungsviren können das körpereigene Abwehrsystem durchbrechen und sich ungehindert im Organismus ausbreiten.

### Karnevalsfeind Erkältungsinfekt

Wer sich vor Erkältungsviren schützen möchte, sollte sich für eine warme Verkleidung entscheiden. Das betrifft insbesondere all diejenigen, die dem Straßenkarneval beiwohnen möchten. In Kneipen oder Festsälen sollte man lieber keine Gläser oder Bestecke teilen, sich beim innigen Schunkeln ausklinken und häufiger als üblich die Hände waschen. Generell ist während der Festtage strenger auf eine vitaminreiche Ernährung zu achten und darauf, den verpassten Schlaf nachzuholen. So wird das Immunsystem während des bunten Treibens bestmöglich unterstützt.

### Feiern trotz Erkältung

Wer hohes Fieber in Verbindung mit Kopf- und Gliederschmerzen hat, sollte auf seine Gesundheit hören und möglichst zu Hause bleiben, um sich auszukurieren und niemanden anzustecken. Das gilt leider auch für die Karnevalssaison. Bei einer leichten Erkältung mit Schnupfen in Kombination mit Kopf-, Hals- und Gliederschmerzen möchte der ein oder andere trotzdem nicht auf die närrische Zeit verzichten. Hier kann GeloProsed® Pulver zum Einnehmen aus der Apotheke Linderung verschaffen. Die Wirkstoffkombination aus Paracetamol und Phenylephrin lindert Fieber und Schmerzen und sorgt zeitgleich für ein rasches Abschwellen angeschwollener Schleimhäute. Das Pulver gibt es in praktischen Aufreißbeuteln und kann unterwegs ohne Wasser eingenommen werden, da es sich direkt im Mund auflöst. GeloProsed® kann bereits bei den ersten Anzeichen einer Erkältung angewendet werden. Auf den Konsum von Alkohol sollte man in diesem Fall jedoch verzichten.



Zu Risiken und Nebenwirkungen fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Zum Pflichttext von GeloProsed®:

<http://medipresse.de/kunden/pb/pflichttext.html> [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 01:17):** <http://medkom24.eu/node/21087>

### Links:

[1] <http://medipresse.de/kunden/pb/pflichttext.html>