

Erkältung oder echte Grippe?

Apotheken erklären Unterschiede und geben Behandlungstipps

Mainz, den 21. Februar 2024 – Rheinland-Pfalz hustet, schnieft und schnäuzt: Viele Menschen leiden zurzeit unter Husten und Schnupfen. Doch ist die Erkrankung nur eine harmlose Erkältung oder doch schon eine echte Grippe? Der Landesapothekerverband erklärt, wo die Unterschiede zwischen Schnupfen und der Influenza liegen, was man dagegen tun kann und ab wann man in jedem Fall eine Arztpraxis aufsuchen sollte.

„Wer an einer echten Virus-Grippe, der Influenza, erkrankt, bekommt meist schnell hohes Fieber, Gliederschmerzen und fühlt sich fast von einem Moment auf den anderen auch richtig krank und schlapp“, berichtet Petra Engel-Djabarian, Mitglied im Vorstand des Apothekerverbandes Rheinland-Pfalz – LAV. Oft leiden die Patient:innen auch an Reizhusten sowie starken Hals- und Kopfschmerzen. „Grippepatient:innen schaffen es selten zu uns in die Apotheke, sondern hier kommen Familienangehörige. Ich empfehle bei Verdacht auf eine Grippe immer eine Rücksprache mit der Hausärztin oder dem Arzt. Denn: Länger anhaltendes Fieber bei einer Grippe kann für einen vielleicht schon vorerkrankten Körper sehr belastend sein und auch zum Beispiel das Herz angreifen. Erkrankte brauchen dann möglicherweise einen Fiebersenker zur Entlastung des Organismus oder auch weitere Medikamente, um Beschwerden wie die Gliederschmerzen zu lindern“, erklärt die Apothekerin. Gut zu wissen: Bei einer Virusgrippe ist nur unter besonderen Voraussetzungen ein Antibiotikum angesagt, denn diese helfen nicht gegen Viren.

„Ruhe, viel trinken und eine verstärkte Versorgung des Körpers mit Eiweißen, wie zum Beispiel mit leichtem Fleisch, Linsengerichten oder Milchprodukten unterstützen den Körper. Um für sich selbst Klarheit zu haben, kann man in der Apotheke Tests

kaufen, die nachweisen, ob eine Influenzainfektion vorliegt oder nicht – wie bei den Coronatests“, rät Engel-Djabarian.

„Betroffene, die unter einer Erkältung oder einem grippalen Infekt leiden, haben meist kein Fieber oder nur leicht erhöhte Temperatur“, erklärt Engel-Djabarian. Oft ist die Nase verstopft, die Patient:innen klagen über Husten oder leiden unter Halsschmerzen. „Mit einer normalen Erkältung fühlen sich Patient:innen oft noch fit genug, um Arbeiten zu gehen und zu uns in die Apotheke vor Ort zu kommen. Das Krankheitsgefühl ist nicht so überwältigend, wie bei einer Grippe. Erkälteten Menschen empfehle ich gegen den Husten und Schnupfen schleimlösende Medikamente, die zum Beispiel ätherische Öle oder aber auch pflanzliche Arzneimittel die beispielsweise Thymian, Efeu oder Primel enthalten. Diese helfen, den Schleim aus den Nebenhöhlen und von den Bronchien zu lösen. Auch Gurgeln mit Salzwasser oder das Inhalieren mit Produkten, die Eukalyptus oder andere ätherische Stoffe enthalten, kann helfen, die Beschwerden zu lindern“, so Engel-Djabarian. Gegen die verstopfte oder ständig laufende Nase, können kurzfristig Nasensprays helfen. Diese sollen aber maximal eine Woche angewendet werden, hebt die Apothekerin hervor, da es zu einem Gewöhnungseffekt kommen kann. „Patient:innen die über einen längeren Zeitraum, also länger als 14 Tage, unter Husten oder anderen anhaltenden Erkältungssymptomen leiden, sollten das auch ärztlich abklären lassen. Denn hier besteht die Gefahr, dass sich Bakterien angesammelt haben und ein Antibiotikum nötig wird oder die Beschwerden chronisch werden.“

Über uns:

Der Apothekerverband Rheinland-Pfalz e. V. – LAV vertritt die Interessen der selbstständigen Apothekerinnen und Apotheker in Rheinland-Pfalz. Er ist Vertragspartner der Krankenkassen und schließt mit diesen Verträge ab. Von den knapp 850 Apothekenleitern sind rund 95 Prozent freiwillige Mitglieder im Verband.

Ihre Interviewwünsche und Rückfragen richten Sie bitte an:

Apothekerverband Rheinland-Pfalz e. V. - LAV
Petra Engel-Djabarian, Mitglied des Vorstands/Pressesprecherin
Terrassenstr. 18 | 55116 Mainz

PRESSEINFORMATION



Tel.: 06131 20491-0
E-Mail: presse@lav-rp.de
web: www.lav-rp.de

