



Die Grippe-Welle rollt über Deutschland hinweg – In ihrem Gefolge nehmen auch die Erkältungen stark zu

Von Navitum

Erstellt am 19 Feb 2013 - 09:56

In den letzten Wochen ist wie prognostiziert die Virus-Grippe in Deutschland angekommen. Die Krankheitsfälle sind stark gestiegen und die Erkrankungen werden sich immer weiter ausbreiten. Begleitet wird die echte Virus-Grippe zusätzlich von einer stark steigenden Zahl von Erkältungskrankheiten, die nicht mit der echten Grippe zu verwechseln sind. Gegen die echte Grippe helfen nur eine Impfung und, sofern rechtzeitig angewandt, die vom Arzt zu verordnenden Neuramidasehemmer. Die Maßnahmen sind wichtig und gut um die schwerwiegende Grippe zu verhindern oder zu heilen. Schutz vor Erkältungskrankheiten bieten sie jedoch nicht. Was kann man also jetzt noch tun, um das Immunsystem zu stärken und sich auch vor Erkältungen zu schützen?

Nun zunächst einmal sind die allgemeinen Maßnahmen für ein gesundes Immunsystem hilfreich. Gesunde Ernährung und ausgewogen Sport an der frischen Luft. Das stärkt die Immunzellen und hilft Grippe- wie auch Erkältungsviren abzuwehren. Wer zusätzlich noch etwas tun will, hat zwei weitere Möglichkeiten, die sich beide gut ergänzen. Mit Probiotika kann gezielt das zelluläre Abwehrsystem gestärkt werden und mit Zink in Kombination mit Vitamin C kann das Andocken der Erkältungsviren an die Nasenschleimhaut verhindert werden. Das haben aktuelle Forschungen immer wieder bewiesen. Wer profitiert von dieser Art von Vorbeugung besonders? Sicher nicht der top fitte Musterathlet. Sein Immunsystem dürfte stark genug sein. Am meisten profitieren Menschen von den ergänzenden Maßnahmen, die beispielsweise durch beruflichen oder häuslichen Stress oder unausgewogene Ernährung ein geschwächtes Immunsystem aufweisen. Diesen Menschen empfehlen Ärzte und Apotheker gerade jetzt im Winter die ergänzende Einnahme eines hochdosierten Zink/Vitamin C Präparates. Vitamin C und Zink, vorausgesetzt die Dosis stimmt, sind ein perfektes Paar zur Infektabwehr. Neben der Darreichungsform, hier sind Lutschtabletten vorteilhaft, sind auch noch weitere Dinge zu beachten, wenn die Erkältung erfolgreich abgewehrt werden soll. So sollten pro Tablette mindestens 500mg Vitamin C und nicht deutlich mehr als 5mg Zink enthalten sein. Bei längerfristigem Gebrauch sollte die Obergrenze von 40mg Zink pro Tag nicht überschritten werden. Ist eine Erkältung bereits im Anmarsch, sollte spätestens 1 Tag nach Auftreten der ersten Symptome mit der ergänzenden Behandlung begonnen werden. Personen, die besonders anfällig für Erkältungen sind, sollten überlegen, ob sie während der Wintermonate Vitamin C plus Zink vorbeugend verwenden. Navitum Pharma bietet mit FluVitum® Lutschtabletten ein Präparat an, das nach Dosis und Darreichungsform den modernen Anforderungen entspricht. Pro Lutschtablette sind 600mg Vitamin C und 5mg Zink enthalten, die schnell freigesetzt werden, damit sie dem Immunsystem im Abwehrkampf unverzüglich zur Verfügung stehen können. Und besonders angenehm für die Anwender, die Tabletten schmecken richtig gut nach Orangen. FluVitum® (PZN 0765783) in der Monatspackung kann über Apotheken, direkt bei Navitum Pharma oder jetzt auch über Amazon unter diesem Link <http://www.amazon.de/gp/product/B0041M7NDU> [1] versandkostenfrei bezogen werden. Neu: Jetzt ist Navitum auch auf facebook (<http://facebook.de/navitum> [2]) vertreten.

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-18843740 oder 0611-58939458

FAX: 0611-18843741

E-Mail: bestellung@navitum.de [3]

Web: www.navitum-pharma.com [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:05): <http://www.medkom24.eu/node/17335>



Die Grippe-Welle rollt über Deutschland hinweg – In ihrem Gefolge nehmen auch die Erkältungen stark zu

Veröffentlicht auf medcom24 (<http://www.medkom24.eu>)

Links:

[1] <http://www.amazon.de/gp/product/B0041M7NDU>

[2] <http://facebook.de/navitum>

[3] <mailto:bestellung@navitum.de>

[4] <http://www.navitum-pharma.com>