



## Küssen erlaubt!

Von *Rothenburg-Partner*

Erstellt am 10 Apr 2017 - 11:25

Verliebte versuchen möglichst viel Zeit miteinander zu verbringen – dem anderen nah zu sein ist einfach das Schönste. Nicht jedoch bei Husten, Schnupfen und dickem Kopf. Aus Angst, den Partner bei einer Erkältung anzustecken, sagen viele lieber das Date ab oder gehen zumindest deutlich auf Abstand. Dabei ist Küssen bei einer Erkältung ausdrücklich erlaubt. Denn zwischenmenschliche Zuwendung stärkt das Immunsystem. Und: Hauptansteckungsquelle für Erkältungen sind die Hände. Werden einfache Hygieneregeln eingehalten, steht dem Tête-à-Tête nichts im Wege. Die bessere Hälfte also lieber mit einem innigen Kuss begrüßen, statt ihm die Hände zu reichen. Die nötige Luft dafür verschafft der pflanzliche Schleimlöser GeloMyrtol® forte.

Sind wir erkältet, ist die Nase dicht und der Kopf brummt. Was gibt es da Schöneres, als in den Arm genommen zu werden und sich verwöhnen zu lassen. Eine Umfrage zeigt jedoch: 90 Prozent der Deutschen verzichten auf direkten Kontakt mit kranken Partnern.\* Hintergrund ist die Angst, die oder den Liebsten anzustecken. Gewusst wie, steht dem liebevollen Umgang jedoch auch bei einer Erkältung nichts im Wege. Sogar leidenschaftliches Küssen ist erlaubt. Denn beim Kuss wird zwar Speichel ausgetauscht, dies kann jedoch nicht zu einer Ansteckung führen. In der Regel befinden sich im Speichel nämlich keine Viren. Gelangen doch welche über den Rachen in den Mundraum und werden an den Partner weitergegeben, wird er diese schlucken und sie werden von der Magensäure abgetötet.

### Händeschütteln gefährlicher als Küssen

Bei engem Kontakt mit dem erkälteten Partner kann man sich anstecken, muss man aber nicht. Denn es sind abertausende Viren nötig, um eine Erkältung zu übertragen. Beim Niesen gelangen diese zwar in schweren Tropfen in die Umgebung. Die meisten Erkältungsviren bleiben jedoch nur wenige Sekunden in der Luft, bevor sie zu Boden fallen. Befinden wir uns beim Niesen direkt neben der erkrankten Person, kann die Erkältung möglicherweise übertragen werden. Wahrscheinlicher ist jedoch die Ansteckung über Hände oder Flächen. Denn fassen wir uns an die Schnupfennase oder Niesen in die Hände, können wir die Viren in großer Zahl direkt oder über berührte Flächen wie etwa Türklinken an andere weitergeben. Häufiges und gründliches Händewaschen kann das Risiko für Atemwegsinfekte halbieren.\*\* Falls es einen doch erwischt, hilft ein pflanzlicher Schleimlöser aus der Apotheke wie z. B. GeloMyrtol® forte dabei, krankmachende Erreger schnell wieder aus dem Körper zu verbannen.

### Pflanzliches Multitalent bei Erkältung

Egal ob die Nase verstopft ist, die Nebenhöhlen dicht oder die Bronchien verschleimt sind – GeloMyrtol® forte wirkt direkt am Entzündungsherd und befreit die oberen und unteren Atemwege sofort spürbar von zähem Schleim. Das darin enthaltene Spezialdestillat aus Eukalyptus-, Süßorangen-, Myrten- und Zitronenöl (ELOM-080) wirkt schleimlösend, entzündungshemmend und antibakteriell. Druckkopfschmerzen werden gelindert, die Nasenatmung verbessert und die Lunge zunehmend wieder mit Sauerstoff versorgt. Für befreite Atemwege und damit Luft für die schönen Dinge im Leben – etwa Küssen.

\* TNS Emnid-Umfrage im Auftrag von Pohl-Boskamp 2015.

\*\* Dawes, M. Using physical barriers to reduce the spread of respiratory viruses. BMJ 2008; 336: 55.



## Küssen erlaubt!

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

---

Den Pflichttext zu GeloMyrtol® forte finden Sie hier:

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

Kontakt:

Jasmin Oediger

Rothenburg & Partner

Medienservice GmbH

Friesenweg 5F

22763 Hamburg

Tel.: 040/889 10 80

E-Mail: [oediger@rothenburg-pr.de](mailto:oediger@rothenburg-pr.de) [2]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 05:37):** <http://www.medkom24.eu/node/22252>

### Links:

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

[2] <mailto:oediger@rothenburg-pr.de>