



## Erkältung und Grippe

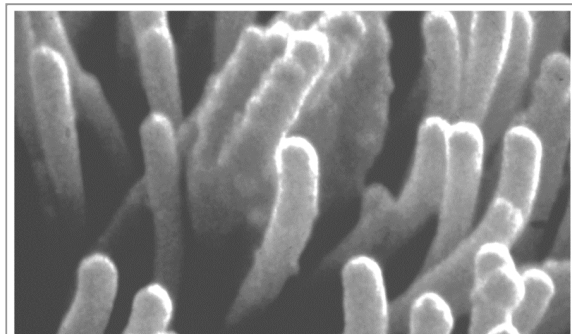
### Wenden Sie Schnupfensprays richtig an

**Wenn der Schnupfen Sie wieder einmal richtig erwischt hat und Sie nicht mehr frei atmen können, ist die Anwendung eines abschwellenden Nasensprays sinnvoll. Sie können wieder durchatmen und das lästige „Laufen“ der Nase wird rasch gestoppt.**

Doch Vorsicht - auch bei der Verwendung von Schnupfensprays sind wichtige Regeln zu beachten: In Schnupfensprays, die die Nase befreien sollen, sind bewährte Wirkstoffe wie Xylometazolin oder Oxymetazolin enthalten.

Sie bringen die Nasenschleimhäute zum Abschwellen und normalisieren die Schleimbildung. Die Nase wird wieder frei und muss nicht ständig geputzt werden.

Der Nachteil: bei längerer Anwendung können diese Inhaltsstoffe die Nasenschleimhaut schädigen. Deshalb enthalten einige Nasensprays zusätzlich das entzündungshemmende und wundheilungsfördernde Dexpanthenol.



*Nur eine gesunde Nasenschleimhaut (hier mikroskopisch vergrößert) schützt vor Erkältung*

Es schützt die stark beanspruchte Schleimhaut der Nase, wirkt einer Austrocknung entgegen und hilft bei der Heilung eines möglicherweise bereits geschädigten Gewebes.

Die Deutsche Gesundheitshilfe empfiehlt, Nasensprays mit abschwellenden Wirkstoffen nur bei Bedarf und nicht mehr als 3-mal täglich zu benutzen. Ohne ärztlichen Rat sollte die Anwendung nicht länger als 7 Tage erfolgen, um die Schleimhäute nicht übermäßig zu strapazieren.

Achten Sie auch auf die richtige Wirkstärke, denn Schnupfensprays gibt es in der Regel in verschiedenen Dosierungen für Säuglinge, Kleinkinder und Schulkinder bzw. Erwachsene.



# Gesundheitshilfe informiert!

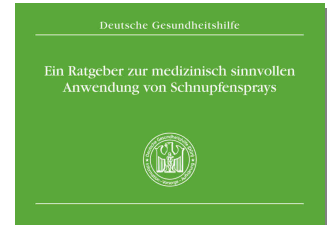
Überreicht von:

Patienteninformation der Deutschen Gesundheitshilfe

## Ratgeber informiert

Weitere gute Tipps zum Thema Schnupfen und abschwellende Nasensprays finden Sie in dem Ratgeber der Deutschen Gesundheitshilfe, den Sie kostenlos anfordern können:

Deutsche Gesundheitshilfe, Stichwort „Schnupfensprays“, Postfach 940303, 60461 Frankfurt am Main. Bitte einen mit EUR 0,62 frankierten und an sich selbst adressierten Rückumschlag DIN lang beilegen.



Unter <http://www.gesundheitshilfe.de/medien/broschueren/> können Sie den Ratgeber auch kostenlos herunterladen.

**Wichtiger Hinweis:** Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.