

Schnief! Die Rückfallfalle

Autor(en): **Pauli, Andrea**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **77 (2020)**

Heft 1-2

PDF erstellt am: **27.09.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-914189>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Schnief! Die Rückfallfalle

Gerade eben hat man Halsschmerzen, Schnupfen, Husten und Fieber überstanden, da liegt man zwei Wochen später wieder im Bett: Rückfall!

Was man zur «doppelten Erkältung» wissen sollte.

Text: Andrea Pauli

Einmal pro Saison von einer heftigen Erkältung niedergestreckt werden, das sollte doch abhärten und gegen weitere Erkrankungen schützen, denkt so mancher. Und kann es kaum fassen, wenn sich nicht lange nach Abklingen der Symptome erneut Erkältungsanzeichen bemerkbar machen. Dazu muss man wissen, dass eine Erkältung von mehr als 200 verschiedenen Viren verursacht werden kann. Und so ist es möglich, dass zeitversetzt mehrere Infektionen mit unterschiedlichen erkältungsauslösenden Viren auftreten. Denn unser Körper hat jeweils nur Antikörper gegen eine Art von Viren gebildet. Diese sind gegen das neue Virus nicht wirksam. Dasselbe Virus indessen kann man in der Regel nicht zweimal bekommen (mit Ausnahme von Rhinoviren). Allerdings sollte man gewahr sein, dass man nach einer Erkrankung aufgrund des geschwächten Immunsystems viel anfälliger ist und sich leichter ein neues Virus aus der Umgebung einfängt (in der Familie, im Bus oder Zug). Flammen Erkältungen ständig wieder auf, kann das ein Zeichen dafür sein, dass man sich nicht genügend geschont und auskuriert hat. Man sollte so lange daheim das Bett hüten, bis die Symptome des grip-palen Infekts wirklich verschwunden sind.

Bei einer echten Grippe sieht die Lage anders aus. Hat man eine Influenza einmal auskuriert, ist man in aller Regel für den Rest der Saison gegen die Grippe immun. Doch auch hier gilt: Gegen die vielen anderen Viren, die noch kursieren, ist man nicht immun. Man kann sich folglich immer neue Erkältungen holen, auch wenn man die «Jahresgrippe» bereits überstanden hat.

Eine nicht auskurierte Erkältung kann sehr gefährlich werden. Die Viren können das Herz angreifen. Schlimmstenfalls lösen sie eine Herzmuskelentzündung aus, die sogar zum Tod führen kann. Ausserdem können eigentlich harmlose Bakterien durch das geschwächte Immunsystem eine Infektion auslösen, die zu einer Lungenentzündung führt.

Bei mehrmals hintereinander auftretenden Erkältungen sollte man sicherheitshalber die Ärztin aufsuchen. Der Kontakt zu anderen Erkrankten ist zu vermeiden. Zum Auskurieren sollte Bettruhe gehalten werden, am besten in einer Umgebung mit warmer und vor allem feuchter Luft, um die angegriffenen Schleimhäute zu befeuchten. •

