

ANGOCIN® *Anti-Infekt N*
Atemwegsinfekte
natürlich behandeln





Auf ein Wort...

► Liebe Leserin, lieber Leser,

die Nase läuft, der Hals tut weh, Sie husten, frösteln und fühlen sich insgesamt müde und niedergeschlagen? Dann haben mal wieder die Erkältungsviren zugeschlagen! Zwei bis viermal pro Jahr macht jeder im Schnitt eine Erkältung durch. Gegen die unangenehmen Beschwerden gibt es eine Vielzahl von Präparaten und Hausmitteln. Da die Erkältung meist durch Viren ausgelöst wird, können Antibiotika hier nicht helfen, denn diese wirken nur gegen Bakterien.

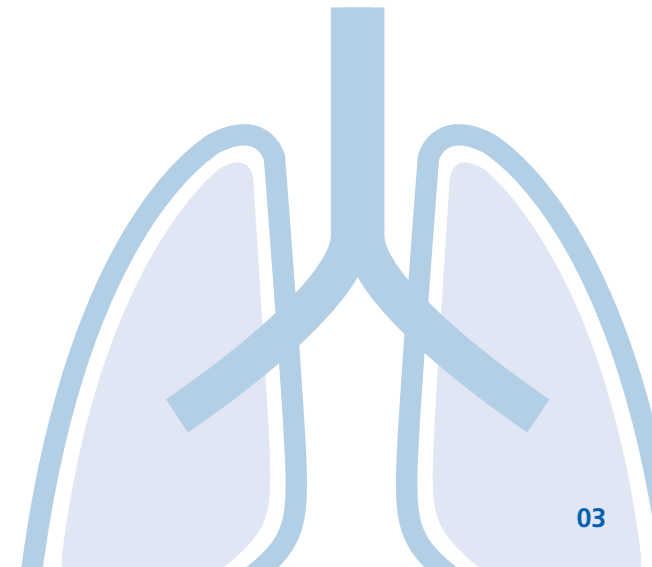
Eine wirksame und zugleich schonende Behandlungsmöglichkeit bieten pflanzliche Präparate. Ihre heilende Wirkung ist seit Jahrhunderten aus den Klöstern bekannt und inzwischen auch durch verschiedene Studien wissenschaftlich bestätigt. Im Gegensatz zu vielen chemisch-synthetischen Arzneimitteln, handelt es sich bei pflanzlichen Arzneimitteln meist um sogenannte Vielstoffgemische, deren Wirkung auf mehreren pflanzlichen Inhaltsstoffen beruht. Diese Inhaltsstoffe können an unterschiedlichen Wirkorten im Körper ihre Wirkung entfalten und so z.B. Erkältungskrankheiten umfassend bessern. Erfahren Sie mehr über die sanfte Behandlung von Erkältungskrankheiten.



Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit!

Prof. Dr. med. Andreas Michalsen

Chefarzt der Abteilung Naturheilkunde am Immanuel Krankenhaus, Berlin
Inhaber der Stiftungsprofessur für Naturheilkunde der Charité-Universitätsmedizin, Berlin





INHALT

1	Schnupfen, Husten, Halsschmerzen – Erkältung, grippaler Infekt oder Grippe?	06
2	Erkältung – Ursachen und Symptome	06
2.1	Viren sind meist die Übeltäter	06
2.2	Mit der Nase fängt alles an	06
2.3	Husten im Rahmen von Erkältungen	07
3	Behandlungstipps - Was tun, wenn es einen erwischt hat?	08
3.1	Sind Antibiotika hier sinnvoll?	09
3.2	Arzneipflanzen – die natürliche Therapieoption	10
4	ANGOCIN® <i>Anti-Infekt N</i>	11
4.1	Die große Kapuzinerkresse (<i>Tropaeolum majus</i>)	12
4.2	Meerrettich (<i>Armoracia rusticana</i>)	13
4.3	3-fach wirksame Senföle	14
5	MARRUBIN® <i>Andorn-Bronchialtropfen</i> bei Erkältungshusten	16
6	Immunsystem stärken – Erkältungen vorbeugen	17
7	Nutzungshinweis / Pflichtangaben / Impressum	19

1 Schnupfen, Husten, Halsschmerzen - Erkältung, grippaler Infekt oder Grippe?

Schnupfen, Husten, Halsschmerzen? Es ist mal wieder so weit: Eine Erkältung (auch grippaler Infekt genannt) ist im Anmarsch. Der Begriff beschreibt eine meist durch Viren verursachte Infektion der oberen Atemwege, also des Hals-, Nasen- und Rachenraums. Als Atmungsorgane stehen sie in unmittelbarem Kontakt zur Umwelt und damit auch zu Keimen, die leicht von Mensch zu Mensch durch Sprechen, Husten oder Niesen übertragen werden.

Die echte Grippe ist eine erheblich schwerere Erkrankung als eine gewöhnliche Erkältung und wird durch sogenannte Influenzaviren hervorgerufen. Die Beschwerden sind ähnlich, jedoch gibt es beträchtliche Unterschiede im Verlauf und der Schwere des Krankheitsbildes. Typisch für die Grippe sind der plötzliche Beginn und hohes Fieber, oft verbunden mit starken Kopfschmerzen.

2 Erkältung - Ursachen und Symptome

2.1 Viren sind meist die Übeltäter

Es gibt über 200 verschiedene Viren, die eine Erkältung auslösen können. Meist befallen sie zuerst die Nasen- und Rachenschleimhaut. Von hier können sie auf die Bronchien, die Nasennebenhöhlen oder die Rachenmandeln übergreifen. Ist unser Abwehrsystem durch eine Virusinfektion geschwächt, kann noch eine sogenannte bakterielle Sekundärinfektion hinzukommen. Durch das geschwächte Immunsystem können sich die Bakterien leichter im Körper einnisten, vermehren und ausbreiten.

In den meisten Fällen werden Atemwegsinfektionen von Viren ausgelöst. Hier ist der Einsatz eines Antibiotikums nicht sinnvoll, da dieses nur gegen Bakterien wirkt.

2.2 Mit der Nase fängt alles an

Meist beginnt eine Erkältung mit Schnupfen (Rhinitis): Aus der Nase läuft zuerst ein wässrig-klares Sekret, das nach und nach dickflüssiger wird. Die Schleimhäute schwellen an und das Atmen durch die Nase fällt immer schwerer. Dadurch kann ein Druckgefühl in den Ohren entstehen. Zu Beginn der Erkrankung fühlt man sich oft müde und niedergeschlagen. Später kommen häufig Halsschmerzen und Husten, in selteneren Fällen leichtes Fieber hinzu. Eine Erkältung erkennt eigentlich jeder Betroffene anhand der genannten Symptome selbst.



In der Regel dauert die Erkrankung etwa eine Woche bis zehn Tage. Wenn Komplikationen auftreten oder wenn nach einer Woche keine deutliche Besserung eintritt, sollte ein Arzt/Ärztin aufgesucht werden. Da Nase und Nebenhöhlen über enge Gänge verbunden sind, kann sich der Infekt leicht auf die benachbarten Hohlräume ausbreiten. Bei jedem siebten Erwachsenen entsteht aus dem eigentlich harmlosen Schnupfen mindestens einmal im Jahr eine Entzündung der Nasennebenhöhlen, in der Medizin Sinusitis genannt. Sind sowohl die Nasenschleimhaut als auch die Nasennebenhöhlen gleichzeitig entzündet, spricht man von einer Rhinosinusitis. In den meisten Fällen sind auch hier Viren für die Beschwerden verantwortlich. Typische Symptome sind Kopfschmerzen und ein Druckgefühl, das sich beim Bücken verstärkt.

2.3 Husten im Rahmen von Erkältungen

Bei vielen Erkältungen tritt begleitend ein lästiger Husten auf, der einem den Schlaf raubt und oft wochenlang anhält. Husten ist ein natürlicher Reflex, um Keime und Fremdstoffe schnell loszuwerden - dieser dient also auch als Reinigungsmechanismus für die Atemwege. Bei einer Erkältung sind die Schleimhäute entzündet und reagieren nun besonders empfindlich. Kleinste Reize lösen jetzt im Hustenzentrum bereits einen Hustenreflex aus.

Wenn sich die Erreger auf die verzweigten Atemwege in der Lunge (Bronchien) ausbreiten, entsteht eine sogenannte akute Bronchitis. Dabei ist die Schleimhaut, welche die Bronchien auskleidet, entzündet. Auch sie wird, wie die Erkältung, in den meisten Fällen durch Viren ausgelöst. Hauptsymptom ist ein heftiger, anfangs meist trockener, später schleimiger Husten.

3 Behandlungstipps - Was tun, wenn es einen erwischt hat?

Um Komplikationen und Folgeerkrankungen zu vermeiden, sollten auch einfache Erkältungen nicht auf die leichte Schulter genommen werden. Vor allem Menschen, die glauben, aus beruflichen Gründen oder aus Pflichtbewusstsein keine Auszeit nehmen zu können, sollten unbedingt einige Regeln beachten, wenn sie erkältet sind:

- ▶ Nehmen Sie viel Flüssigkeit (z.B. warmen Tee) zu sich.
- ▶ Meiden Sie körperliche Anstrengung.
- ▶ Heiße Vollbäder mit ätherischen Ölen aus Eukalyptus oder Menthol beruhigen die Schleimhäute.
- ▶ Dampfinhalationen mit in Wasser gelöstem Kochsalz lassen die Nasenschleimhäute anschwellen und erleichtern so das Atmen.
- ▶ Reiben Sie Brust und Rücken mit einem Erkältungsbalsam ein. Die darin enthaltenen ätherischen Öle wirken schleim- und krampflösend.
- ▶ Lutschbonbons regen die Produktion von Speichel an und halten so den Rachen feucht.
- ▶ Rauchen Sie nicht während einer Erkältung, denn der Rauch reizt die Schleimhäute zusätzlich.
- ▶ Pflanzliche Arzneimittel wie die Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich wirken gegen Viren und Bakterien sowie entzündungshemmend. So werden Erreger und Entzündung gleichzeitig bekämpft.

3.1 Sind Antibiotika hier sinnvoll?

Um Folgeerkrankungen wie eine Nasennebenhöhlenentzündung (Sinusitis oder Rhinosinusitis) zu vermeiden, ist es sinnvoll, aktiv gegen die Beschwerden vorzugehen. Doch aufgepasst: Da die Erkältung durch Viren ausgelöst wird, können chemisch-synthetische Antibiotika hier nicht helfen, denn diese wirken nur gegen Bakterien. Sie können also die Erkältungsbeschwerden nicht lindern, besitzen aber zwei Nachteile:

Sie verursachen unangenehme Nebenwirkungen wie Durchfall oder Pilzinfektionen, da sie auch die für unseren Körper nützlichen Darmbakterien abtöten. Diese sind jedoch für unsere Verdauung und ein funktionierendes Immunsystem von großer Bedeutung.

Außerdem führt ihr leichtfertiger Einsatz bei harmlosen Krankheiten dazu, dass immer mehr Bakterien resistent werden, so dass die Medikamente dann bei ernsthaften Infektionen unter Umständen nicht mehr wirken.

Antibiotika können gegebenenfalls zum Einsatz kommen, wenn zusätzlich zur Erkältung eine bakterielle Superinfektion auftritt. Denn wenn unser Immunsystem nach einer Erkältungsattacke „schwächelt“, ist unser Körper anfälliger für eine zusätzliche Infektion mit Bakterien (= bakterielle Superinfektion, „super“ steht für obenauf, d.h. eine zweite Infektion kommt hinzu).

Auch die Verwendung von Arzneimitteln, die nur die Beschwerden lindern, ist nicht sinnvoll, da sie auch die körpereigene Abwehr unterdrücken. Die Betroffenen fühlen sich dann zwar besser, aber die Erreger können sich weiterverbreiten und größeren Schaden im Körper verursachen. Zu empfehlen sind daher solche Arzneimittel, die nicht nur die Beschwerden, sondern auch die Ursache der Erkältung – die Krankheitserreger – bekämpfen.



3.2 Arzneipflanzen – die natürliche Therapieoption

Arzneipflanzen spielen bei der Therapie von Infekten seit Jahrzehnten eine wichtige Rolle. Die unterschiedlichen Heilpflanzen zeigen diverse Wirkansätze.

Je nach Krankheitsausprägung spielen bei der Wahl des pflanzlichen Arzneimittels zur Behandlung einer Erkältung vor allem antivirale, antibakterielle, entzündungshemmende, bronchienentspannende, beruhigende und schleimlösende Effekte eine wesentliche Rolle. Bei der Therapie von Erkältungskrankheiten sollte die Bekämpfung der krankheitsauslösenden Erreger, die Unterstützung des Immunsystems durch immunmodulierende Effekte sowie die Besserung unangenehmer Symptome durch entzündungshemmende Wirkungen im Vordergrund stehen.

Durch das Zusammenspiel der genannten Wirkansätze können Erkältungsbeschwerden umfassend behandelt werden.



4 ANGOCIN® Anti-Infekt N



Meine Vorteile bei der Therapie mit ANGOCIN® Anti-Infekt N auf einen Blick:

- ▶ 3-fach Wirkung gegen Viren und Bakterien sowie Entzündungen
- ▶ Unterstützt den Körper bei der Erregerabwehr
- ▶ Lindert typische Beschwerden von Erkältungskrankheiten
- ▶ Auch zur Langzeittherapie geeignet



Beschwerden einer Nasennebenhöhlenentzündung wie z.B. verstärkter Nasensekretfluss, nasale Verstopfung, Kopfschmerzen sowie Gesichtsschmerz/-druck können bis zu 2 Tage schneller gebessert werden!



Längerfristig eingenommen, kann im Vergleich zu Placebo die Erkältungshäufigkeit nahezu halbiert werden!



Symptome einer Bronchitis wie Husten, Brustschmerz und Schleimproduktion werden schneller gelindert!

4.1 Die große Kapuzinerkresse (*Tropaeolum majus*)

Gärtner schätzen ihre lang andauernde Blütenpracht, Kenner nutzen ihre Schärfe in der Küche und in der Medizin macht sie wegen ihrer infektabwehrenden Wirkung Karriere. Im 16. Jahrhundert wurde die in Peru und Bolivien beheimatete Pflanze nach Europa gebracht. In Südamerika war die Kapuzinerkresse bereits bei den Ureinwohnern eine geschätzte Heilpflanze.

Heutzutage leuchtet sie dank ihrer auffälligen Blüten zwischen März und Oktober, von gelb bis rot, in vielen Gärten. Ihren Namen erlangte die Kapuzinerkresse aufgrund der Tatsache, dass ihre Blüte von der Seite betrachtet an die Kapuzen der Kapuzinermönche erinnert. Das Wort Kresse stammt aus dem Althochdeutschen und bedeutet scharf / pfeffrig.

In der Medizin wird das frische oder getrocknete Kraut aus Blättern, Blattstielen und Blüten verwendet. Die Kapuzinerkresse ist reich an Vitamin C, enthält Flavonoide, Carotinoide und verschiedene Mineralstoffe (Eisen, Kalium, Magnesium). Von großer Bedeutung für die medizinische Wirkung sind die in der Arzneipflanze enthaltenen Glucosinolate (Senfölglykoside).

Sie sind für ihren scharfen Geschmack verantwortlich und werden erst nach dem Verzehr in die sogenannten Senföle umgewandelt.

2013 wurde die große Kapuzinerkresse aufgrund ihrer durch Studien belegten Wirksamkeit vom „Studienkreis Entwicklungsgeschichte der Arzneipflanzenkunde“ an der Universität Würzburg zur Arzneipflanze des Jahres gewählt.



4.2 Der Meerrettich (*Armoracia rusticana*)

Meerrettich gehört zur Familie der Kreuzblütengewächse (Brassicaceae). Die meisten Menschen verwenden ihn zur Verfeinerung von Fleisch- und Fischgerichten oder Soßen in der Küche. Ursprünglich stammt er aus Ost- und Südeuropa, später kam er nach Mitteleuropa. In Deutschland ist er seit dem Mittelalter bekannt – zunächst als Heilpflanze, später auch als Gewürzpflanze.

Die Herkunft des deutschen Namens ist nicht eindeutig geklärt: Das *Meer* in Meerrettich könnte von „mehr“ im Sinne von „größer“ stammen, um die größere Pflanze von dem zuvor schon bekannten kleineren Rettich abzugrenzen. Es lässt sich aber auch auf das alte Wort „Mähre“ für Pferd zurückführen, in England heißt die Pflanze noch heute *horseradish*. Es wurde schon früh beobachtet, dass Pferde bei Infektionskrankheiten instinktiv große Mengen an Meerrettichwurzeln verzehrten, wenn ihnen diese als Futter angeboten wurden.

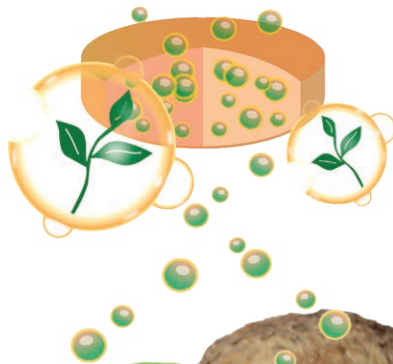
Die wirksamen Inhaltsstoffe des Meerrettichs befinden sich in der Wurzel. Dazu gehören die für die medizinische Verwendung besonders wichtigen Glucosinolate (Senfölglykoside), außerdem sind Flavonoide, Vitamin C, B1, B2 und B6 sowie verschiedene Mineralstoffe enthalten. Wird die Wurzel zerkleinert, werden die Glucosinolate durch ein Enzym in die sogenannten Senföle umgewandelt.

Eine Experten-Jury des Vereins NHV Theophrastus hat den Meerrettich aufgrund seiner besonderen Eigenschaften zur Heilpflanze des Jahres 2021 gewählt.



4.3 3-fach wirksame Senföle

Kapuzinerkresse und Meerrettich enthalten die wirksamen Senföle in einer inaktiven, stabilen Form: den Senfölglykosiden oder Glucosinolaten. In einem separaten Teil des Pflanzengewebes befindet sich ein spezielles Enzym, die sogenannte Myrosinase. Werden die Zellen der Pflanzen verletzt, etwa durch eine Raupe oder einen anderen Schädling, wird das Enzym freigesetzt und wandelt dann die noch unwirksamen Vorstufen in Senföle um. Sie bieten der Pflanze einen Schutz vor Fraßschäden und mikrobiellem Befall und sind für deren scharfen Geschmack verantwortlich. Die traditionelle Klostermedizin setzt die heilende Wirkung der Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich seit Jahrhunderten zur Behandlung von Infektionen der oberen Atem- und der Harnwege ein.



In kombinierter Form

- ▶ können sie die Vermehrung von verschiedenen Erkältungsviren hemmen
- ▶ sind sie entzündungshemmend und lindern so die Beschwerden
- ▶ bekämpfen sie die häufigsten bakteriellen Erreger von Erkältungskrankheiten und Blasenentzündungen – direkt am Ort des Krankheitsgeschehens



Die Pflanzenstoffe bekämpfen also nicht nur die Krankheitserreger, sondern zusätzlich auch die Entzündung und greifen an verschiedenen Punkten im Krankheitsgeschehen an (auch Multi-Target-Prinzip genannt).

Nachdem die Senfölmoleküle im oberen Darmabschnitt ins Blut gelangen und dann an Eiweiße gebunden im Kreislauf zirkulieren, reichern sie sich insbesondere in den Ausscheidungsorganen, der Lunge und den Nieren (bzw. Blase), an. Bei Infektionen der oberen Luftwege können somit durch entsprechend hohe Dosen der Senföle die Erreger direkt am Ort des Krankheitsgeschehens bekämpft werden.

Da die Senföle bereits im oberen Darmabschnitt aufgenommen werden, bleiben tiefere Darmregionen unbeeinflusst. Die dort natürlich vorkommenden, für unsere Verdauung und ein funktionierendes Immunsystem essenziellen Darmbakterien, werden also nicht angegriffen.



5 MARRUBIN® Andorn-Bronchialtropfen bei Erkältungshusten

Bei Husten im Rahmen von Erkältungen kann zur Schleimlösung Andorn, z.B. als Extrakt in Tropfenform zum Einsatz kommen (in MARRUBIN® Andorn-Bronchialtropfen). Die Heilpflanze verflüssigt zähen Schleim, der dann leichter abtransportiert und abgehustet werden kann. Andornkraut wirkt außerdem antientzündlich, leicht schmerzlindernd sowie krampflösend und trägt so zur Verbesserung des Wohlbefindens bei. Arzneilich verwendet werden die getrockneten Blätter und die oberen Stängelteile.

Neben dem wirksamkeitsbestimmenden Bitterstoff Marrubiin enthält das Kraut unter anderem Flavonoide, stickstoffhaltige Verbindungen und ätherisches Öl. Der Einsatz der krautigen Pflanze bei Katarrhen der Atemwege, insbesondere Bronchitis sowie bei Verdauungsbeschwerden, ist bereits seit über 2.000 Jahren dokumentiert.

Aufgrund seiner herausragenden historischen Bedeutung sowie der umfangreichen Dokumentation seiner Wirkungen wurde der Andorn von Wissenschaftlern der Universität Würzburg zur „Arzneipflanze des Jahres 2018“ gewählt.



6 Immunsystem stärken - Erkältungen vorbeugen

Ein starkes Immunsystem bietet den besten Schutz vor Infektionen. Menschen mit schwachen Abwehrkräften erkranken häufiger an Infektionen, haben oft stärker ausgeprägte Beschwerden und brauchen länger, bis sie wieder gesund sind.

Was Sie tun können, um Ihr Immunsystem zu stärken:

- ▶ Regelmäßig bewegen, auch in der kalten Jahreszeit
- ▶ Gesund und vollwertig ernähren mit viel Obst und Gemüse
- ▶ Wichtig: Vitamin A, C und E und die Spurenelemente Zink und Selen
- ▶ Viel trinken sorgt für feuchte Schleimhäute
- ▶ Regelmäßiges kurzes Lüften hält die Schleimhäute feucht
- ▶ Saunabesuche und Wechselduschen trainieren das Immunsystem
- ▶ Wenig Alkohol, keine Zigaretten
- ▶ Stress vermeiden, Entspannungstechniken anwenden
- ▶ Ausreichend schlafen, mindestens sieben Stunden



7 Nutzungshinweis / Pflichtangaben / Impressum

Nutzungshinweis

Die vorliegende Broschüre kann die individuelle ärztliche Diagnose und Therapie nicht ersetzen! Wenn Sie Krankheitssymptome wahrnehmen, suchen Sie einen Arzt /eine Ärztin auf. Ihr Arzt /Ihre Ärztin wird die für Ihr Krankheitsbild zur Verfügung stehenden Therapiealternativen mit Ihnen erörtern. Welche Therapie in Ihrem Fall angezeigt ist, wird der Arzt /die Ärztin in Abhängigkeit der Erkrankung, des Verlaufs und der Schwere entscheiden. Befolgen Sie in jedem Fall die ärztliche Therapieentscheidung. Die Broschüre ist das Ergebnis sorgfältiger Recherche. Gleichwohl übernehmen Herausgeber und Autor:innen keine Gewähr für den Inhalt und die Vollständigkeit der enthaltenen Informationen. Haftungsansprüche, die durch die Nutzung oder Nichtnutzung der dargebotenen Informationen oder unvollständiger Informationen verursacht wurden, sind so weit als rechtlich möglich ausgeschlossen.

Pflichtangaben

ANGOCIN® Anti-Infekt N Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden bei akuten entzündlichen Erkrankungen der Bronchien, Nebenhöhlen und ableitenden Harnwege. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 02/20.



MARRUBIN® Andorn-Bronchialtropfen Wirkstoff: Andornkraut-Fluidextrakt. **Anwendungsgebiete:** Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Schleimlösung bei Husten im Rahmen von Erkältungen ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung. Enthält 23 Vol.-% Alkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 02/20.



Impressum

Herausgeber:
Repha GmbH Biologische Arzneimittel, Alt-Godshorn 87, 30855 Langenhagen
www.repha.de, info@repha.de
Stand: August 2024
© Copyright 2024

Bildnachweis:

Seite 3, Portrait: Immanuel Albertinen Diakonie GmbH, Fotografin: Anja Lehmann
Seite 4: filins - adobe.stock.com

Erkältung?

Husten? Schnupfen?

Meine pflanzliche Infektabwehr.

ANGOCIN®

Anti-Infekt N



Repha GmbH
Biologische Arzneimittel
Alt-Godshorn 87
30855 Langenhagen
www.repha.de
info@repha.de