



ROTPUNKT



APOTHEKE

FÜHREND IN MEDIKAMENT UND GESUNDHEIT

Online-Version

SCHMERZT DER HALS?

«Wenn der Hals kratzt und schmerzt, helfen Gurgeln und Inhalieren. Ein Glacé zwischendurch lindert den Schmerz – und tut der Seele gut.»

**Drei Tipps von Apotheker Dr. Alessandro Frisullo
Lilie Zentrum Rotpunkt Apotheke, Schlieren**

- 1** Ein Halstuch ist jetzt Pflicht! Regelmässiges Gurgeln mit Salzwasser – ein halber Teelöffel in 2,5 dl auflösen – befeuchtet die Schleimhäute und macht Erregern das Leben schwer.
- 2** Bei Kratzen im Hals helfen beruhigende Pastillen, eventuell mit schmerzlindernden und lokal betäubenden Wirkstoffen. Halten Sie die Raumluft feucht – trockene Luft verstärkt die Beschwerden.
- 3** Inhalieren mit Kamille oder Salbei befeuchtet den gesamten Rachenraum. Darüber hinaus mindestens zwei Liter pro Tag trinken, um die gereizte Rachenschleimhaut zu befeuchten.

GESCHENKBON JANUAR

Halten Sie Ihren Kopf und die Ohren warm. Rotpunkt schenkt Ihnen eine neo-angin Wollmütze für die Winterzeit.

(Gültig im Monat Januar 2019. Pro Person ein Bon. Solange Vorrat.)



Code J-100-S

