

Leitfaden für Patienten

Was tun bei Mandelentzündung & Halsschmerzen?

Liebe Patientin, lieber Patient,

Halsschmerzen und eine Mandelentzündung können sehr unangenehm sein. Die folgenden Tipps sollen Ihnen helfen, die Beschwerden zu lindern und die Heilung zu unterstützen.

Linderung der Symptome

- ✓ **Viel trinken:** Warme Getränke wie ungesüßte Tees (z.B. Salbei, Kamille) beruhigen die Schleimhäute.
- ✓ **Gurgeln:** Mehrmals täglich mit Salzwasser oder Kräutertees gurgeln, um Bakterien zu reduzieren und Schmerzen zu lindern.
- ✓ **Schonung:** Gönnen Sie sich ausreichend Ruhe, um Ihrem Körper die Möglichkeit zur Genesung zu geben.
- ✓ **Rauchen vermeiden:** Zigarettenrauch reizt die Schleimhäute und verzögert die Heilung.

Wichtiger Hinweis zu Antibiotika

Über **80% aller Halsentzündungen** sind durch Viren verursacht und nicht durch Bakterien. In diesen Fällen sind Antibiotika **nicht wirksam** und sollten nicht eingenommen werden. Eine unnötige Einnahme kann zu Nebenwirkungen führen und die Entwicklung von Resistenzen fördern. Wir entscheiden nach gründlicher Untersuchung, ob eine antibiotische Therapie notwendig ist.

Wann Sie ärztliche Hilfe brauchen

- ⚠ Wenn die Schmerzen sehr stark sind oder sich nach 2-3 Tagen nicht bessern.
- ⚠ Bei hohem Fieber über 39°C.
- ⚠ Wenn Sie Schwierigkeiten beim Schlucken oder Atmen haben.
- ⚠ Bei starken Ohrschmerzen oder einem einseitig geschwollenen Hals.

Bleiben Sie gesund!

Praxis Adar