

# 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 Ohrenscherzen oder einem einseitig geschwollenen Hals.

Bleiben Sie gesund!

Praxis Adar