



Imupret® N Schon wieder erkältet?

Ein helfender Ratgeber rund um das Thema Erkältungen















Erkältet? Wen betrifft es?	4
Erkältung? Was passiert hier eigentlich?	6
Was unser Immunsystem schwächt	7
Grippe oder Erkältung? Was sind die Unterschiede?	8
So hilft Ihnen Imupret® N	8
Pflanzenstarke Hilfe – auch bei häufigen Erkältungen	9
So dosieren Sie Imupret® N richtig	10
Erkältung – was tun?	1:

Erkältet?

Wen betrifft es?

Kleinkinder sind wegen ihres unausgereiften Immunsystems am häufigsten von Atemwegsinfekten betroffen, sie erkranken durchschnittlich 8 Mal im Jahr. Erwachsene hingegen erkranken 2–3 Mal im Jahr. "Nicht schon wieder!" kennt also jeder im Zusammenhang mit Erkältungen.



Schon gewusst? Durchschnittlich ist ein 75-Jähriger insgesamt drei Jahre seines Lebens erkältet.

"Das kann nicht sein, kaum Urlaub und schon erkältet!"

which habe eh schon so viel um die Ohren, da kann ich eine Erkältung gerade wirklich nicht brauchen!"

Auch die "Freizeitkrankheit" ist uns bestens bekannt – kaum hat man ein paar Tage Urlaub, kündigt sich ein Infekt an. Besonders anfällig sind Menschen mit großem Verantwortungsbewusstsein und hohen Ansprüchen an sich selbst. Die unter der Belastung ausgeschütteten Stresshormone schützen den Körper vor Krankheiten, indem sie das Immunsystem mobilisieren. In Ruhephasen sinkt dieser Hormonspiegel wieder und der Körper und das Immunsystem nutzen die Zeit, um sich zu erholen. Das hat zur Folge, dass die körperliche Abwehr nachlässt und die Wahrscheinlichkeit sich zu erkälten zunimmt.



Zu wenig geschlafen und wieder erkältet!"

Die **Familie** zuhause hat es schon getroffen und Sie spüren auch schon die ersten Anzeichen? Aufgrund der räumlichen Nähe kann sich ein Infekt schnell innerhalb der ganzen Familie verbreiten. Das liegt daran, dass die Erkältungserreger per Tröpfcheninfektion übertragen werden, also durch Husten und Niesen oder aber durch das Berühren kontaminierter Gegenstände wie Türklinken



Auch Schlafmangel schwächt das Immunsystem und erhöht damit das Erkältungsrisiko für die Kurzschläfer unter uns. Erkältungserreger haben somit leichteres Spiel mit den Kurzschläfern unter uns.



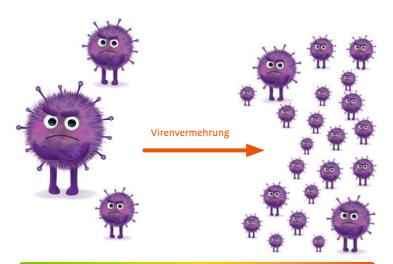
Schon gewusst? US-Forscher haben aufgedeckt, dass weniger als 6 Stunden Schlaf vier Mal häufiger zu Erkältungen führt.

4

Erkältung?

Was passiert hier eigentlich?

Erkältungen werden hauptsächlich von Viren verursacht. Um unser Immunsystem zu überlisten, verändern sie permanent ihre Erkennungsmerkmale. Spürt man die ersten Anzeichen, ist es bereits geschehen – die Viren haben sich in unseren Atemwegen eingenistet. Sie dringen in die Zellen unserer Atemwege ein und vermehren sich dort rasant. Dabei zerstören sie die befallenen Wirtszellen und setzen tausende von Viren frei, mit dem Ziel neue Wirtszellen zu befallen. So vermehren sie sich zügig und unsere Beschwerden verschlimmern sich



Leichte Erkältungsbeschwerden

Starke Erkältungsbeschwerden

In der Regel dauert eine Erkältung etwa 10 Tage, sie kann aber auch bis zu zwei Wochen anhalten. Deshalb gilt es schnell zu handeln um der massenhaften Vermehrung der Erkältungsviren entgegenzutreten.

Was unser Immunsystem schwächt

Unser Immunsystem reagiert schnell und effektiv auf eingedrungene Erreger und hilft deren Anzahl in Schach zu halten. Ein geschwächtes Immunsystem erhöht die Gefahr häufiger von Erkältungen geplagt zu werden.



Schon gewusst?Diese Faktoren beeinflussen das Immunsystem

- Einseitige Ernährung (Nährstoffmangel)
- Schlafmangel
- 🞇 Stress
- Alter (kleinere Kinder und ältere Menschen erkranken häufiger)
- 🎇 Tabak- und Alkoholkonsum

Wird die Ausbreitung der Viren hingegen früh eingedämmt, kann der Erkältungsverlauf deutlich gemildert oder der volle Ausbruch sogar verhindert werden.



5

Grippe oder Erkältung?

Was sind die Unterschiede?

"Grippe", "grippaler Infekt" oder auch "Erkältung" werden im täglichen Sprachgebrauch oft gleichwertig verwendet. Allerdings handelt es sich hierbei um völlig unterschiedliche Erkrankungen. Zwar werden beide Infekte von Viren verursacht, aber die Erkrankungen äußern sich anhand sehr unterschiedlicher Symptome.

	Grippe	Erkältung
Krankheitsbeginn	plötzlich	schleichend
Schnupfen	selten	typisch
Kopfschmerzen	häufig: stark ausgeprägt	teilweise: leicht
Halsschmerzen	selten	häufig Kratzen im Hals
Gliederschmerzen	häufig: stark ausgeprägt	selten
Husten	bereits zu Beginn trockener, schmerzhafter Husten	im Verlauf auftretend
Abgeschlagenheit	stark ausgeprägt	mäßig
Fieber	meist; über 38,5°C	meist; unter 38,5°C
Krankheitsdauer	14–21 Tage	8–10 Tage

So hilft Ihnen Imupret® N

wirkt in jeder Phase der Erkältung "Imupret® N wirkt sowohl, wenn Sie die ersten Anzeichen spüren als auch wenn die Erkältung bereits ausgebrochen ist."

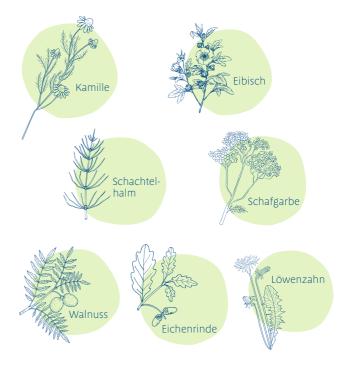
unterstützt den Körper bei der Abwehr von "Durch die frühzeitige Unterstützung mit Imupret® N können Sie dem Erkältungsausbruch aktiv entgegen wirken."

mildert den Erkältungsverlauf "Die Krankheitssymptome werden abgeschwächt und Sie kommen leichter durch Ihren Alltag".

Pflanzenstarke Hilfe – auch bei häufigen Erkältungen

Mit seiner einzigartigen Kombination aus 7 heimischen Heilpflanzen wirkt Imupret® N in jeder Phase der Erkältung.

Kamille, Eibisch, Schachtelhalm und Löwenzahn können die Abwehrmechanismen, die u.a. bei Erkältungen relevant sind, unterstützen. Zusätzlich bekämpfen spezielle Inhaltsstoffe in Eiche, Walnuss und Schafgarbe direkt die Erkältungserreger. So können sie helfen, die Anzahl der Viren in Schach zu halten und die Infektion einzudämmen.



So dosieren Sie Imupret® N richtig

Tagesdosierung	Akut: 5–6 mal täglich	Nach Abklingen der akuten Symptome: 3 mal täglich	
ab 12 Jahren und Erwachsene	25 Tropfen / 2 Dragees		
6-11 Jahre	15 Tropfen / 1 Dragee		
ab 2 Jahre	10 Tropfen		

Imupret® N Dragees

- ab 6 Jahren
- alkoholfrei
- glutenfrei g

Imupret® N Tropfen

- ab 2 Jahren
- | laktosefrei
- glutenfrei
- ✓ vegan



I Erkältung – was tun?



Schonen und Bettruhe

Durch die nötige Ruhe und genügend Schlaf kann sich das Immunsystem regenerieren und damit den Heilungsprozess fördern.



Erkältungsbäder:

Helfen um Stress zu reduzieren und sich zu entspannen. Aber Vorsicht: Bei Fieber und bereits ausgeprägtem Husten und Schnupfen raten Experten von heißen Bädern ab, da diese den Kreislauf zu sehr belasten.



Ausreichend Trinken

Viel Trinken wirkt dem Flüssigkeitsverlust, der durch die erhöhte Temperatur hervorgerufen wird, entgegen. Daher sollten Sie täglich 2–3 Liter Flüssigkeit zu sich nehmen.



Inhalation:

Inhalieren z. B. mit Kamillenblüten oder Minzblättern löst den festsitzenden Schleim und erleichtert das Atmen.

Ein Tipp für Ihre Hausapotheke:

Durch Imupret® N können Sie bereits bei den ersten Anzeichen einer Erkältung aktiv werden. Durch das frühe Eingreifen kann so der Ausbruch der Erkältung verhindert werden. Imupret® N ist ein sehr gut verträgliches Präparat, das bereits ab 2 Jahren eingesetzt werden kann und somit für die ganze Familie geeignet ist.

10

Erkältet? Imupret® N



- wirkt in jeder Phase der Erkältung
- unterstützt den Körper bei der Abwehr von Erkältungserregern
- mildert den Erkältungsverlauf

Apothekenstempel

Wirkt mit 7 heimischen Heilpflanzen

Imupret* N Dragees, Imupret* N Topfen • Traditionell verwendet bei ersten Anzeichen und wähend einer Erkältung, z. B. Kratzen im Hals, Halsschmerzen, Schluckbeschwerden, Husteneriz. Hinweis Imupret* N ist ein traditionelles pflanzliches Kratzen im Hals, Halsschmerzen, Schluckbeschwerden, Husteneriz. Hinweis Imupret* N ist ein traditionelles pflanzliches Zareneimittel, das ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung für das Anwendungsgebiet registriert ist. Imupret* N Tropfen enthalten 19 % (V/V) Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Stand: 06[19]

BIONORICA SE I 92308 Neumarkt | Mitvertrieb: PLANTAMED Arzneimittel GmbH | 92308 Neumarkt

Nur in der Apotheke erhältlich.