



# metaglobiflu

Eine runde Sache bei Erkältung

Praktisch  
für  
Groß und Klein



Erkältungsratgeber  
für Eltern

Wir wünschen Ihnen und Ihren Kindern das, was man sich auch wünschen kann, ohne vorher zu niesen: GESUNDHEIT! Wir hoffen, dass dieser Erkältungsratgeber Sie anschaulich und umfassend darüber informiert, wie Sie Erkältungen vorbeugen bzw. homöopathisch behandeln können.

Und noch ein kleiner Trost, falls diese Ratschläge zu spät kommen und die Erkältung Sie oder Ihre Familie bereits erwischt hat: Jeder Infekt ist wie ein Fitness-Center für das Immunsystem.

## Inhalt

Das Immunsystem muss lernen	3
Wie funktioniert Erkältung eigentlich?	3
Tipps um Infektionen vorzubeugen	4
Wenn es uns trotzdem erwischt hat	5
Tipps für hustende Kinder	5
Wann muss mein Kind zum Arzt?	6
Schneller durch die Erkältung	7
Die homöopathischen Inhaltsstoffe von metaglobiflu	8
Komplex oder klassisch	10
metaglobiflu – ein Resümee	11

## Das Immunsystem muss lernen ...

Bereits während der Schwangerschaft fängt das Immunsystem des Ungeborenen an, sich zu entwickeln, ist aber bei der Geburt noch nicht vollständig ausgereift. Zuerst über die Plazenta und später über die Muttermilch bekommt das Baby Antikörper von der Mutter, um solange gewappnet zu sein, bis das eigene Abwehrsystem in der Lage ist, den Kampf gegen die allgegenwärtigen Viren, Bakterien und Pilze aufzunehmen.

In den ersten Lebensjahren wird das kindliche Immunsystem trainiert, hierbei sind zwölf einfache Atemwegsinfekte pro Jahr völlig normal. Die Anzahl der Infekte wird in den folgenden Jahren weniger, doch auch im Grundschulalter sind es noch immer bis zu acht Erkältungen pro Jahr.

Falsch wäre jetzt die Annahme, man müsse die Kinder vor allen Ansteckungsquellen schützen und die Umgebung möglichst keimfrei halten. Viele Untersuchungen haben gezeigt, dass gerade die Kinder, die mit vielen verschiedenen Krankheitserregern in Kontakt kommen, z.B. in ländlichen Regionen, ein besonders effektives Abwehrsystem haben. Auch Kinder, die zum Beispiel durch Betreuung in Krippen oder durch Tagesmütter früh Kontakt mit anderen Kindern haben, sind später besser gerüstet.

## Wie funktioniert Erkältung eigentlich?

Die Ansteckung mit Erkältungsviren erfolgt durch „Tröpfcheninfektion“. Beim Niesen z. B. fliegen Millionen kleinster Tröpfchen mit über hundert Stundenkilometern durch den Raum, aber vor allem die Hände, insbesondere wenn sie nach dem Naseputzen nicht gewaschen werden, sind eine wichtige Infektionsquelle. Auf Türklinken, Haltegriffen in der Straßenbahn, daheim auf der Fernbedienung oder dem Lieblingsspielzeug können Viren bis zu drei Stunden überleben. Beim nächsten Kind, das mit dem Spielzeug spielt und sich unbewusst die Augen reibt oder an die Nase fasst, haben die Viren dann leichtes Spiel.

Immer wieder wird diskutiert, warum Erkältungen im Winter häufiger vorkommen. Es ist nicht die „Kälte“, auch wenn der Begriff „Erkältung“ dies nahelegt. Vermutlich ist es vielmehr ein Zusammenspiel verschiedener Faktoren. Im Winter hält man sich weniger draußen auf, so dass die Gefahr der Ansteckung durch Kontakt mit anderen Menschen in den Räumen steigt. Zudem ist das Immunsystem durch Mangel an frischer Luft, weniger Licht an kurzen Tagen und trockene Zimmerluft in geheizten Räumen geschwächt und dadurch anfälliger gegen Viruserkrankungen.

### **Tipps, um Infektionen vorzubeugen:**

- regelmäßig Händewaschen
- Einmaltaschentücher verwenden und direkt danach wegwerfen
- auch in der kalten Jahreszeit möglichst häufig an der frischen Luft bewegen
- geheizte Räume regelmäßig lüften
- gesunde, ausgewogene Ernährung mit frischem Obst und Gemüse

**Auch Schulstress schwächt  
das Immunsystem!  
Durch Freizeitaktivitäten  
Ausgleich und Spaß finden!**

## Wenn es uns trotzdem erwischt hat ...

Ganz vermeiden soll und kann man Erkältungskrankheiten nicht. Leichte Infekte ohne hohes Fieber sind in der Regel harmlos und können gut mit Hausmitteln und Arzneien aus dem naturheilkundlichen Bereich abgemildert werden. Lästig sind die Symptome allemal, vor allem wenn die Triefnase oder Kopfschmerzen beim Spielen stören oder man die Verabredung mit dem Spielkameraden absagen muss.

Neben Schnupfen, Hals- und Kopfschmerzen steht bei Kindern häufig der Husten im Vordergrund, der am Einschlafen hindert und oft der ganzen Familie unruhige Nächte beschert. Während sich der Infekt bei Erwachsenen und Jugendlichen häufig auf die oberen Atemwege beschränkt, leiden Kinder hingegen eher an einem starken Reizhusten, der abends durch trockene Heizungsluft noch verstärkt werden kann.

### Tipps für hustende Kinder:

- Raumluft mit einer Schale Wasser oder einem feuchten Tuch auf der Heizung anfeuchten
- Ausreichend trinken, vorzugsweise warme Getränke z. B. Tee oder Milch mit Honig
- Mit einem zusätzlichen Kissen den Kopf erhöhen, um das Atmen zu erleichtern

# Wann muss mein Kind zum Arzt?

In dieser Frage herrscht oft Unsicherheit. Die Faustregel lautet: Je jünger das Kind, desto eher sollte ein Arzt aufgesucht werden. Auf jeden Fall ist ein Arztbesuch angezeigt, wenn folgende Alarmzeichen auftreten:

## Alarmzeichen:

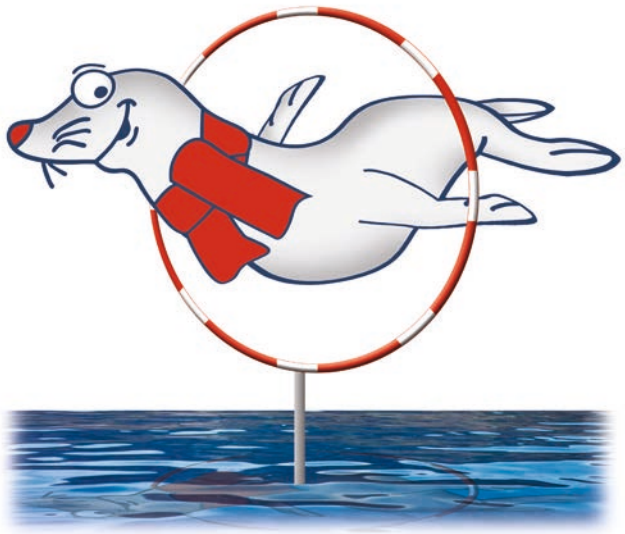
- Ihr Kind hat mehr als 38,5° C Fieber
- Der Husten, bzw. die Erkältung klingt nicht nach wenigen Tagen ab
- Ihr Kind hat gelb-grünlichen oder blutigen Auswurf
- Ihr Kind atmet auffallend rasch oder schwer (z. B. „Nasenflügeln“)
- Beim Ein- oder Ausatmen entstehen Atemgeräusche
- Der Husten beginnt sehr plötzlich (Verdacht auf Fremdkörper)
- Das Allgemeinbefinden Ihres Kindes ist schlecht
- Ihr Kind hat akute Atemnot oder starken Husten mit bellendem, hartem Ton, dann gilt: sofort in die Klinik, ggf. sogar einen Notarzt rufen (Verdacht auf Pseudokrupp)



## Schneller durch die Erkältung

Die homöopathische Apotheke hält verschiedene Arzneimittel für die Symptome einer Erkältung bereit. *Aconitum napellus* (Blauer Eisenhut) ist ein klassisches homöopathisches Akutmittel bei Entzündungen und wird vor allem zu Beginn einer Erkrankung eingesetzt. Das gleiche gilt für die hochverdünnte Form der *Atropa belladonna* (Tollkirsche), die bei Fieber und Schluckbeschwerden Verwendung findet. *Phosphorus* (Gelber Phosphor) und *Drosera* (Sonnentau) sind klassische Mittel bei abendlichem Kratzen im Hals bzw. trockenem Reiz- und Krampfhusten. Gegen die Erschöpfung in Folge der Erkältung wirkt *Cinchona pubescens* (Chinarinde), während *Echinacea* (Roter Sonnenhut) die Erkrankungsdauer verkürzen soll und ein geschwächtes Immunsystem stärkt.

**metaglobiflu** für Kinder ab 6 Jahren ist ein homöopathisches Komplexmittel in Globuliform. Es vereint die genannten Wirksubstanzen und deckt somit neben den gängigen Erkältungssymptomen vor allem den Aspekt des anfänglichen Reizhustens ab. Somit wird hier Linderung verschafft, ohne in den natürlichen Prozess einzugreifen.



# Die homöopathischen Inhaltsstoffe von metaglobflu





## 1. Roter Sonnenhut

stärkt das Immunsystem

## 2. Chinarinde

Erschöpfung in Folge von Krankheiten

## 3. Sonnentau

bei trockenem Reiz- und Krampfhusten

## 4. Gelber Phosphor

bei abendlichem Kratzen im Hals

## 5. Tollkirsche

bei Fieber, Schmerzen und Entzündungen

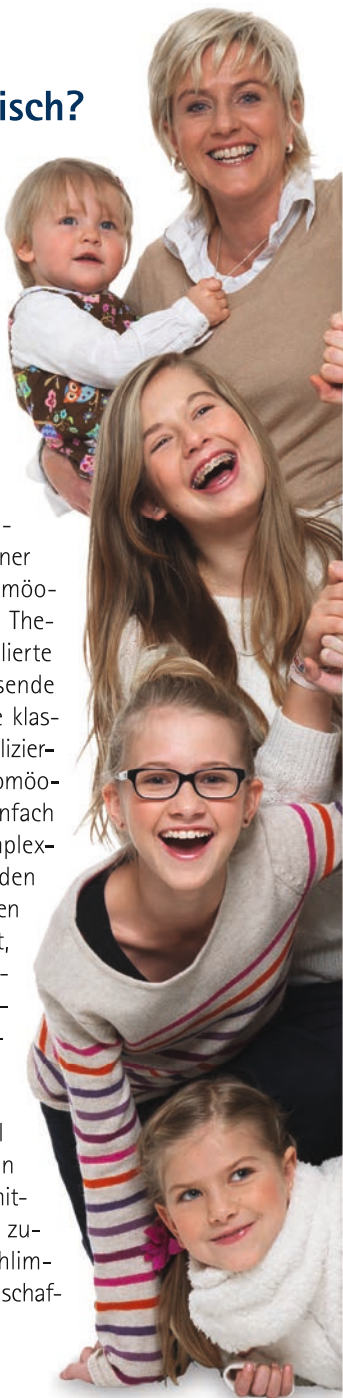
## 6. Blauer Eisenhut

Akutmittel bei Entzündungen



## Komplex oder klassisch?

In der Homöopathie, die sich als Reiz- und Regulationstherapie versteht, befindet sich die Arznei quasi in Einklang (Resonanz) mit dem Körper und ermöglicht ihm dadurch, ein Ungleichgewicht oder eine Fehlfunktion auszugleichen. Innerhalb der Homöopathie gibt es zwei große Ausrichtungen, die klassische – auch Einzelmittel-Homöopathie genannt – und die Komplexmittel-Homöopathie. Die Behandlung einer Erkältung mittels klassischer Homöopathie erfordert einen geschulten Therapeuten, der durch viele detaillierte Fragen versucht, das eine passende Mittel zu finden. Wohingegen die klassische Homöopathie einer komplizierten Wissenschaft gleicht, sind homöopathische Komplexmittel sehr einfach und zeitnah einsetzbar. Bei Komplexmitteln, wie **metaglobiflu**, werden mehrere homöopathische Arzneien miteinander kombiniert. Das heißt, die Kraft mehrerer Wirksubstanzen wird in einem Präparat gebündelt, um dem Symptomenkomplex einer Erkältung und hierbei insbesondere des Reizhustens entgegenzuwirken. Die Auswahl dieser Mittel erfolgt nach ihren Haupteinsatzgebieten als Einzelmittel. Eine detaillierte Analyse der zusätzlichen Symptome wie Verschlimmerungen und Konstitutionseigenschaften ist nicht notwendig.



### metaglobiflu – auf einen Blick

- ✔ ist ein homöopathisches Komplexmittel in Globuliform (Streukügelchen)
- ✔ enthält sechs aufeinander abgestimmte Wirksubstanzen gegen Erkältungen
- ✔ Schwerpunkt ist die Linderung von Halsschmerzen und (Reiz-)Husten zu Beginn einer Erkältung
- ✔ ist ideal für Kinder ab 6 Jahren



Tipp für  
Infektgefährdete Eltern:  
[www.metavirulent.de](http://www.metavirulent.de)



## meta Fackler Arzneimittel GmbH

Philipp-Reis-Straße 3

31832 Springe

Tel.: 05041 9440-0

Fax: 05041 9440-49

[kontakt@metafackler.de](mailto:kontakt@metafackler.de)

[www.metaglobiflu.de](http://www.metaglobiflu.de)

**metaglobiflu** Streukügelchen. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Erkältungskrankheiten. metaglobiflu Streukügelchen enthalten Sucrose (Zucker). Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. meta Fackler Arzneimittel GmbH, Philipp-Reis-Str. 3, D-31832 Springe. (05/14)

Klimaneutral gedruckt auf 100 % Recyclingpapier.