

# MEDIZIN MIT TRADITION



FOTO: GLG

Dr. Uwe Knitter

■ **Prenzlau.** Winterzeit ist Erkältungszeit. Im Kampf gegen Schnupfen und Heiserkeit kommen häufig Omas Hausmittel zum Einsatz. Doch sind Wadenwickel & Co. wirklich eine gute Wahl, um die Erkältungssymptome zu lindern? „Fühl Dich gut!“ befragte dazu Dr. Uwe Knitter, Chefarzt der Klinik für Innere Medizin am Prenzlauer GLG-Kreis Krankenhaus.

Sind Omas Hausmittel bei Erkältungen eine sinnvolle Alternative zu Arzneimitteln?

Auf jeden Fall. Viele Hausmittel haben sich über Jahrhunderte bewährt und verschaffen auch heute noch zuverlässig Linderung bei verschiedenen Beschwerden. Deshalb sind sie vor allem bei Erkältungen durchaus zu empfehlen.

Was ist Ihr bevorzugtes Hausmittel?

Bei Infekten der oberen Atemwege inhaliere ich heißen Kamiliendampf. Mein persönlicher Rat: Der Kamille ein wenig Salbei beimischen. Das desinfiziert und schafft rasche Linderung.

Bei welchen Anzeichen ist ein Arztbesuch ratsam?

Wenn nach ein bis zwei Tagen keine Besserung eintritt, sollte unbedingt ein Arzt konsultiert werden. Auch wenn sich das Krankheitsbild rasch verschlechtert, sollte der Gang zum Arzt nicht aufgeschoben werden.