

Aus der Natur für den Menschen

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

Erhältlich in Ihrer Apotheke:

Art.-Nr.: 101 218 499/ 1H

# Erkältungen

natürlich behandeln



## **Inhaltsverzeichnis**

Die Atemwege	2
Kennen Sie das auch?	2
Wann sollte ich einen Arzt aufsuchen?	3
Erkältungen vorbeugen	4
Halsschmerzen	6
Husten	10
Schnupfen	14
Ohrenschmerzen	18
Fieber	20
Pflanzenporträt Spitzwegerich	22
Was sind Globuli velati?	24
Wie nehme ich Globuli velati ein?	25
WALA Arzneimittel	26
Die WALA Heilmittel GmbH	27
Informationen zu WALA Arzneimitteln	28
Die Menschen in unseren Broschüren	30

## Die Atemwege

Getragen vom Rhythmus der Atmung gelangt die Außenwelt in Form sauerstoffreicher Luft in die Lungen. Bis in jede Zelle des Körpers transportiert das Blut den Sauerstoff weiter, ohne den die meisten Stoffwechselfvorgänge in unserem Körper nicht ablaufen können.

Der Weg von der Nase bis zur Lunge ist mit feinen Flimmerhärchen ausgekleidet, in denen Fremdkörper aus der Atemluft hängen bleiben. Die Flimmerhärchen transportieren diese Teilchen wieder heraus und sorgen dafür, dass die Luft temperiert in die Lungen gelangt. Diese Härchen sind von einer natürlichen Schleimschicht umgeben, die sich bei einer Erkältung verdickt und die Atmung erschwert. Durch Husten und Niesen versucht der Körper, den überschüssigen Schleim zu entfernen.

## Kennen Sie das auch?

Nach dem Gang durch Nieselregen und stürmischen Wind sind die Füße kalt, es kratzt im Hals, wir sind müde und abgeschlagen. Eine Erkältung kündigt sich an. Wer es rechtzeitig schafft, die kalten Füße in einem Fußbad aufzuwärmen und den Hals mit warmem Tee zu beruhigen, kann einer Erkältung oft noch **vorbeugen**. Unterstützend helfen Zubereitungen mit Meteoreisen, die den gesamten Organismus stärken.

Arzneimittel mit Sonnenhut (*Echinacea pallida*), Ringelblume (*Calendula officinalis*) und Salbei (*Salvia officinalis*) lindern gezielt **Halsschmerzen** und bekämpfen eine Entzündung.

Oft folgt den ersten Erkältungssymptomen ein **Husten**. Hier hilft Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*). Bei trockenem Reizhusten sind Zubereitungen mit Engelwurz (*Angelica archangelica*) vorzuziehen.

**Schnupfen** begleitet fast jede Erkältung. Arzneimittel mit Quecke (*Agropyron repens*) und Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) regulieren die Flüssigkeitsprozesse im Kopfbereich. Festsitzender Schleim in der Nase fließt ab. Präparate mit Berberitze (*Berberis vulgaris*) und Schlehenfrüchten (*Prunus spinosa*) kräftigen die Nasenschleimhaut und unterstützen eine freie Atmung. Achten Sie darauf, die empfindlichen Nasenschleimhäute von Säuglingen und Kleinkindern nur mit Arzneimitteln zu behandeln, die keine ätherischen Öle enthalten. Das gilt genauso bei chronischem Schnupfen oder langfristigem Gebrauch.



Schlehe – *Prunus spinosa*



Berberitze – *Berberis vulgaris*



Engelwurz – *Angelica archangelica*

**Ohrenschmerzen** können die Folge einer verstopften Nase oder einer Auskühlung sein. Präparate mit potenziertem Blauem Eisenhut (*Aconitum napellus*) und Lavendel (*Lavandula officinalis*) lindern den Schmerz und fördern die Heilung.

**Fieber** als Begleitsymptom von Erkältungen unterstützt den Heilungsprozess und sollte deshalb nicht sofort unterdrückt werden. Fühlt sich der Patient krank, lindern Zäpfchen mit potenziertem Blauem Eisenhut (*Aconitum napellus*) und Chinarinde (*Cinchona succirubra*) sanft das Fieber.

## Wann sollte ich einen Arzt aufsuchen?

- Bei plötzlich auftretendem hohem Fieber
- Wenn die Beschwerden länger als eine Woche anhalten
- Bei sonstigen unklaren Beschwerden



## Symptome

- Erschöpfung
- Frösteln
- Häufig wiederkehrende Infekte

## Mögliche Ursachen

- Verkühlung
- Überanstrengung

## Was ich selbst tun kann

Eine geregelte und stabile Körpertemperatur ist notwendig für einen gesunden Ablauf der Körperfunktionen. Eine Erkältung kann man als Verletzung der Körperwärme, des so genannten Wärmeorganismus, verstehen. Dringt äußere Kälte zum Beispiel so tief in den Nasen-Rachen-Raum ein, dass sie den Wärmeorganismus überwältigt und die innere Wärme nicht ausreicht, die Schleimhäute vor der Kälte zu schützen, können Krankheitserreger leicht eindringen. Ein Infekt der oberen Luftwege ist die Folge. Die eingewanderten Krankheitserreger sind also nicht Ursache, sondern Folge der Erkältung. Ausreichend Bewegung und Schlaf, gesunde Ernährung und Saunagänge unterstützen den Wärmeorganismus. Achten Sie auf warme Kleidung. Besonders die Füße sollten immer warm sein. In der Temperatur ansteigende Fußbäder durchwärmen sie effektiv – legen Sie dazu am besten den Duschschlauch in die Fußbadewanne.

## Meteoreisen Globuli velati

- Beugen einer Erkältung vor
- Unterstützen die Genesung
- Regulieren den Wärmehaushalt des Körpers

## Wirkungsweise

In diesem Arzneimittel sind drei mineralische Arzneisubstanzen kombiniert, die die Wärmeprozesse des Körpers regulieren können: Meteoreisen (Ferrum sidereum), Phosphor (Phosphorus) und Bergkristall (Quarz). Meteoreisen Globuli velati stärken den Gesamtorganismus und beugen einem beginnenden grippalen Infekt vor bzw. helfen bei der Ausheilung eines bestehenden grippalen Infekts.

## Hinweise zur Anwendung

Bei akuten Infekten 3-mal täglich 10 Globuli velati einnehmen. Zur Vorbeugung reichen 2- bis 3-mal täglich 5 Globuli velati aus. Kinder unter 6 Jahren sollten Meteoreisen Globuli velati nur auf Verordnung eines Arztes hin einnehmen.

Meteoreisen Globuli velati sind ebenfalls zur Behandlung bei Erschöpfung, zum Beispiel nach einem grippalen Infekt, geeignet, hierfür 1-mal täglich morgens 10 Globuli velati einnehmen.

## Präparateangaben ■ Meteoreisen Globuli velati

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: grippale Infekte, verzögerte Rekonvaleszenz, allgemeine Erschöpfung.

**Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Sucrose.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



Tollkirsche – Atropa belladonna

## Symptome

- Kratzen im Hals
- Schluckbeschwerden
- Heiserkeit

## Mögliche Ursachen

- Verkühlung
- Infektion mit Viren oder Bakterien
- Überbeanspruchte Stimmbänder

### Was ich selbst tun kann

Viel trinken, am besten warmen Tee, Halsbonbons lutschen, zum Beispiel Salbei Dragees, und mit Salzwasser gurgeln. Das befeuchtet die Schleimhäute, was bei einer Erkältung besonders wichtig ist. Denn auf trockenen Schleimhäuten haben Viren und Bakterien ein leichtes Spiel. Sind die Stimmbänder in Mitleidenschaft gezogen und die Stimme bleibt weg, lindern die gleichen Mittel die Beschwerden. Wer jetzt sprechen muss, sollte dies in normaler Stimmlage tun, denn Flüstern belastet die Stimmbänder stärker.

## Apis Belladonna Globuli velati

- Lindern Halsschmerzen
- Wirken entzündungshemmend

## Wirkungsweise

Die in dem Präparat enthaltenen Zubereitungen aus Tollkirsche (*Atropa belladonna*) und Honigbiene (*Apis mellifica*) sind in potenziierter Form klassische entzündungsüberwindende Substanzen und helfen, die Stoffwechselprozesse im Halsbereich wieder ins Gleichgewicht zu bringen.

## Hinweise zur Anwendung

Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre nehmen 1- bis 3-mal täglich, in akuten Fällen bis zu stündlich 5-10 Globuli velati ein. Bei Säuglingen und Kindern unter 6 Jahren 1- bis 3-mal täglich, in akuten Fällen bis zu stündlich 3-5 Globuli velati geben. Die Globuli velati unter der Zunge zergehen lassen, für Säuglinge die angegebene Menge Globuli velati in etwas Wasser oder ungesüßtem Tee auflösen.

### Präparateangaben ■ Apis Belladonna Globuli velati

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: beginnende und chronisch wiederkehrende entzündliche Erkrankungen mit und ohne Fieber, insbesondere solche des Mund-, Nasen- und Rachenraumes, sowie Mittelohrentzündung. **Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Sucrose.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Echinacea Mund- und Rachenspray

- Lindert Halsschmerzen
- Bekämpft Entzündungen im Mund- und Rachenraum

### Wirkungsweise

Der speziell auf den Mund- und Rachenraum abgestimmte Spray wirkt Entzündungen entgegen und fördert die Ausheilung. Sonnenhut (*Echinacea pallida*) stärkt die körpereigenen Abwehrmechanismen. Die heilungsfördernde Ringelblume (*Calendula officinalis*) und der entzündungshemmende Salbei (*Salvia officinalis*) ergänzen die Komposition.

### Hinweise zur Anwendung

Der praktische, gebrauchsfertige Spray erreicht die betroffenen Stellen einfach und gezielt. Bei Halsschmerzen 1- bis 2-mal täglich 2-3 kurze Sprühstöße auf die Mandeln oder den Rachenring geben.

Wegen des Alkoholgehalts darf Echinacea Mund- und Rachenspray nicht bei Kindern unter 4 Jahren angewendet werden.

#### **Präparateangaben** Echinacea Mund- und Rachenspray

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: akut- und chronisch-entzündliche Veränderungen der Schleimhäute und Mandeln. **Warnhinweis:** Arzneimittel enthält 18 Vol.-% Alkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



Sonnenhut – *Echinacea pallida*

## Symptome

- Trockener Reizhusten
- Husten mit Verschleimung

## Mögliche Ursachen

- Erkältung
- Infektion mit Viren oder Bakterien
- Reizstoffe in der Atemluft (z. B. Zigarettenrauch; berufsbedingt: Gase und Stäube)

### Was ich selbst tun kann

Sorgen Sie für eine schützende Wärmehülle um den Brustkorb. Sie erleichtert das Abhusten des Schleims und beruhigt die gereizten Schleimhäute. Ein warmes Wollhemd oder ein warmer Schal verstärken diesen wohltuenden Effekt.

Bei festsitzendem, verschleimtem und schmerzhaftem Husten helfen Spitzwegerichzubereitungen. Sie lindern den Hustenreiz, ohne das wichtige Abhusten zu unterdrücken. Eine Wärmflasche, in ein feuchtes Tuch eingeschlagen und auf die Brust gelegt, mildert den Hustenreiz zusätzlich.

Fehlt dem Körper Flüssigkeit, verdickt sich der Schleim der Bronchien. Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr von zwei bis drei Litern pro Tag ist deshalb bei Husten besonders wichtig.

Die Pflege der Nasenschleimhäute befreit die Nase und erleichtert das Durchatmen.

## Plantago Bronchialbalsam

- Erleichtert das Abhusten
- Mildert den Hustenreiz
- Verleiht eine schützende Wärmehülle

## Wirkungsweise

Plantago Bronchialbalsam enthält eine ausgewogene Komposition aus Heilpflanzen und ätherischen Ölen. Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*) mildert den Hustenreiz, beruhigt die Schleimhäute und wirkt entzündungshemmend. Sonnentau (*Drosera rotundifolia*) und Pestwurz (*Petasites hybridus*) haben eine krampflösende Komponente. Natürliche ätherische Öle aus Thymian und Eukalyptus lösen den festsitzenden Schleim und erleichtern das Abhusten. Lärchenharz (*Terebinthina laricina*) unterstützt zusammen mit Bienenwachs (*Cera flava*) den Aufbau und Erhalt einer schützenden Wärmehülle.

## Hinweise zur Anwendung

Bei akuten Beschwerden den Balsam 1- bis 2-mal täglich auf Brust und Rücken einreiben. Bei chronischer Bronchitis ist eine 2- bis 3-malige Anwendung pro Woche ausreichend. Bei Kindern unter 2 Jahren sollte der Balsam aufgrund des Gehaltes an Kampfer und ätherischen Ölen nicht angewendet werden.

### Präparateangaben ■ Plantago Bronchialbalsam

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: katarrhalisch-entzündliche Erkrankungen der Luftwege. **Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Erdnussöl und Wollwachs. Stillende sollen das Arzneimittel nicht im Bereich der Brust auftragen.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Plantago Hustensaft

- Mildert den Hustenreiz
- Wirkt entzündungshemmend

### Wirkungsweise

Der Hustenreiz mildernde und entzündungshemmende Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*) trägt wesentlich zur Gesamtwirkung bei. Die schleimlösende Rotfichte (*Picea abies*) und die krampflösende Pestwurz (*Petasites hybridus*) runden die Komposition ab.

### Hinweise zur Anwendung

Plantago Hustensaft in einer Tasse warmem Wasser oder in Tee verdünnt einnehmen. Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre nehmen 3-mal täglich je 1 Esslöffel. In akuten Fällen alle 2 Stunden 1 Teelöffel Plantago Hustensaft einnehmen. Säuglinge und Kinder unter 6 Jahren erhalten 3- bis 4-mal täglich je 1 Teelöffel.

Plantago Hustensaft ist alkoholfrei und für Schwangere und Kinder gut geeignet.

#### Präparateangaben Plantago Hustensaft

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Harmonisierung von Atmungs- und Schleimbildungsvorgängen bei katarrhalisch-entzündlichen Erkrankungen der Luftwege und zur Auswurf-förderung (Expektoration), z. B. Bronchitis, Bronchialasthma. **Warnhinweis:** Wenn Sie eine Diabetes-Diät einhalten müssen, sollten Sie folgende Angaben zum Plantago Hustensaft berücksichtigen: 1 Esslöffel (15 ml = 17,7 g) Sirup entspricht 0,6 BE (= 7,1 g Zucker) und 1 Teelöffel (5 ml = 5,9 g) Sirup entspricht 0,2 BE (= 2,4 g Zucker).

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Archangelica comp., Globuli velati

- Bei trockenem Reizhusten
- Dämpfen den Hustenreiz

### Wirkungsweise

Die Komposition aus potenziertem Bilsenkraut (*Hyoscyamus niger*) und potenziertem Silbernitrat (*Argentum nitricum*) dämpft die erhöhte Empfindlichkeit der Schleimhäute und damit den Hustenreiz. Engelwurz stützt als Heilpflanze das Lymphsystem, das Träger der Immunabwehr ist. Der entzündungshemmende Salbei (*Salvia officinalis*) ergänzt die Komposition.

### Hinweise zur Anwendung

Soweit nicht anders verordnet, Erwachsene und Kinder ab 6 Jahre 1- bis 3-mal täglich 5 – 10 Globuli velati unter der Zunge zergehen lassen. Kinder unter 6 Jahren nehmen 1- bis 3-mal täglich 3 – 5 Globuli velati ein. Bei Säuglingen empfiehlt es sich, vor der Verabreichung die angegebene Menge Globuli velati in einer kleinen Menge Wasser oder ungesüßtem Tee aufzulösen.

#### Präparateangaben Archangelica comp., Globuli velati

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Kehlkopfentzündung, Luftröhrentzündung, Reizhusten. **Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Sucrose und Lactose.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



Quecke – Agropyron repens

### Symptome

- „Laufende Nase“
- Erschwerte Nasenatmung
- Niesen

### Mögliche Ursachen

- Unterkühlung
- Virusinfektion
- Allergischer Schnupfen

### Was ich selbst tun kann

Neben Inhalationen mit Salzlösung oder Kamillentee erleichtert oft ein in der Temperatur ansteigendes Fußbad die Beschwerden bei Erkältungsschnupfen. Dazu Füße und Unterschenkel bei ansteigender Wassertemperatur 10 Minuten baden. Beginnend mit mäßiger Wärme so lange immer wieder heißes Wasser mit dem Duschschlauch hinzugeben, bis die Temperatur gerade noch erträglich ist. Die Zugabe von 2 Esslöffeln schwarzem Senfmehl verstärkt die Wirkung dieser „Schwitzkur“. Nach 10 Minuten die Füße mit klarem, lauwarmem Wasser gut abspülen und mit Öl einreiben. Wollsocken bewahren die Wärme.

### Agropyron Globuli velati

- Lösen zähen, festsitzenden Schnupfen
- Normalisieren Entzündungen

### Wirkungsweise

In Agropyron Globuli velati regulieren Quecke (*Agropyron repens*) und Löwenzahn (*Taraxacum officinale*) übersteigerte Flüssigkeits- und Absonderungsprozesse. Das potenzierte Mineral Zinnober normalisiert Lymphstauungen und Entzündungen. Agropyron Globuli velati helfen auch bei zähem, festsitzendem Schnupfen.

### Hinweise zur Anwendung

Die Globuli velati sollten hochdosiert eingenommen werden. Im Akutfall sollten Erwachsene und Kinder ab 12 Jahre alle 2 Stunden 10–15 Globuli velati unter der Zunge zergehen lassen, Kinder von 6 bis unter 12 Jahren 8–10 und Kinder unter 6 Jahren 5–7 Globuli velati. Für Säuglinge empfiehlt es sich, etwa alle 2 Stunden 3 Globuli velati in einer kleinen Menge Wasser oder Tee aufgelöst zu verabreichen.

#### Präparateangaben ■ Agropyron Globuli velati

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Schnupfen, Stirnhöhlenkatarrh, Mandelentzündung, grippaler Infekt.

**Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Sucrose und Lactose.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Nasenbalsam

- Befreit die Nase
- Erleichtert das Durchatmen

### Wirkungsweise

Die Früchte des Sauerdorns (*Berberis vulgaris*) und der Schlehe (*Prunus spinosa*) sind aufgrund ihres Gehaltes an Fruchtsäuren bzw. Gerbsäuren zusammenziehend und wirken Entzündungsprozessen entgegen. Die natürlichen ätherischen Öle aus Cajeput und Eukalyptus wirken schleimlösend und befreien die Nasenatmung.

### Hinweise zur Anwendung

Den Nasenbalsam mehrmals täglich, insbesondere abends, in und um die Nasenlöcher auftragen.

#### Präparateangaben Nasenbalsam

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: akute und chronische Entzündungen der Schleimhäute, Gewebsschwund (Atrophie) sowie Trockenheit und Reizbarkeit der Schleimhäute. **Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Wollwachs.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Nasenbalsam für Kinder

- Befreit die Nase
- Ohne ätherische Öle, daher besonders mild

### Wirkungsweise

Die Wirkungsweise entspricht der des Nasenbalsams. Im Nasenbalsam für Kinder sind jedoch keine ätherischen Öle enthalten, da bei Kindern unter 2 Jahren die Anwendung ätherischer Öle im Gesichtsbereich nicht empfohlen wird.

### Hinweise zur Anwendung

Bei Säuglingen und Kleinkindern Nasenbalsam für Kinder nur im Bereich des Naseneingangs auftragen.

#### Präparateangaben Nasenbalsam für Kinder

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: akute und chronische Entzündungen der Schleimhäute vor allem im Kindes- und Säuglingsalter und bei besonderer Empfindlichkeit der Schleimhäute sowie bei Tendenz zu Gewebsschwund (Atrophie). **Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Wollwachs.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.





Blauer Eisenhut – Aconitum napellus

## Symptome

- Pulsierende oder stechende Ohrenschmerzen
- Druckgefühl
- Eventuell Hörstörungen

## Mögliche Ursachen

- Unterkühlung
- Zugluft
- Begleitsymptom einer Erkältung

### Was ich selbst tun kann

Bei beginnenden Ohrenschmerzen hilft ein Zwiebelsäckchen. Geben Sie eine feinst geschnittene kleine Zwiebel in einen vorgewärmten Kinder-Baumwollstrumpf. Befestigen Sie ihn mit einem Schal, einem Stirnband oder einer dünnen Wollmütze für mindestens eine halbe Stunde auf und hinter dem schmerzhaften Ohr. Der Effekt lässt sich mit einer kleinen, mit nicht zu heißem Wasser gefüllten Wärmflasche verstärken, die Sie auf das Säckchen legen.

Lagern Sie den Kopf hoch, um für freie Nasenatmung zu sorgen. Die Behandlung und Pflege der Nasenschleimhäute befreit die Nase und erleichtert das Durchatmen.

Wenn die Schmerzen stärker werden, die Beschwerden länger als zwei Tage anhalten, hohes Fieber, Kopfschmerzen, Benommenheit oder Flüssigkeitssekretion aus dem Ohr auftreten, ist ein Arzt aufzusuchen!

## Aconit Ohrentropfen

- Lindern Ohrenschmerzen
- Wirken einer Auskühlung entgegen

## Wirkungsweise

Der namensgebende Blaue Eisenhut (Aconitum napellus) in potenziierter Form lindert den Schmerz schnell und zuverlässig. Bergkristall (Quarz) unterstützt die gesunden Stoffwechselprozesse bei Entzündungen, natürliches ätherisches Lavendelöl beruhigt und entspannt.

## Hinweise zur Anwendung

Träufeln Sie bis zu 5-mal täglich einen Tropfen körperwarmes Öl in das Ohr. Mit etwas Watte können Sie es vor Wind und Kälte schützen.

Unmittelbar vor der Untersuchung des Ohres durch den Arzt sollten Sie keine Ohrentropfen anwenden, da diese die Sicht auf das Trommelfell verschlechtern. Verwenden Sie Ohrentropfen auch nie bei perforiertem Trommelfell.



### Präparateangaben ■ Aconit Ohrentropfen

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturkenntnis. Dazu gehören: Entzündungen des äußeren Ohres und Mittelohrentzündung. **Warnhinweis:** Arzneimittel enthält Erdnussöl.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



Chinarinde - Cinchona succirubra

### Symptome

- Erhöhte Körpertemperatur
- Schmerzende Glieder
- Gefühl der Zerschlagenheit

### Mögliche Ursachen

- Abwehrreaktion des Körpers gegen Infektionen
- Grippler Infekt
- Begleitsyndrom einer Erkältung

### Was ich selbst tun kann

Fieber lässt sich mit Wadenwickeln lindern, wenn es höher als 39 °C ist und die Waden warm sind. Tauchen Sie dazu zwei Baumwoll- oder Leintücher in warmes Zitronenwasser (2 Grad unter der Körpertemperatur) und wringen Sie sie so gut aus, dass sie nicht mehr tropfen. Wickeln Sie die Tücher vom Knöchel bis hoch zum Knie fest um die Waden und umwickeln Sie die Beine anschließend mit einem trockenen Handtuch. Die Wickel etwa 15 Minuten lang an den Waden belassen. Bei Bedarf mehrmals täglich, jeweils bis zu 3-mal in Folge anwenden, mit mindestens einer Stunde Abstand.

Nehmen Sie ausreichend Flüssigkeit wie Kräutertee und Gemüsebrühe sowie leichte Kost ohne tierisches Eiweiß zu sich. Halten Sie Bettruhe ein und schirmen Sie sich vor zu vielen Sinnesreizen ab.

### Aconitum/China comp., Suppositorien für Kinder

- Regulieren fieberhafte grippale Infekte
- Unterstützen die Abwehrkräfte
- Stärken die Atmungsorgane

### Wirkungsweise

Bei höherem Fieber wirken Aconitum/China comp., Suppositorien für Kinder leicht fiebersenkend, ohne die Selbstregulation des Organismus zu stören. Potenzierter Blauer Eisenhut (*Aconitum napellus*) hilft besonders bei plötzlich und heftig auftretenden grippalen Infekten. Potenzierte Chinarinde (*Cinchona succirubra*) reguliert die Fieberreaktion des Organismus und stärkt den Darm. Auszüge aus Eukalyptusblättern unterstützen die Temperaturregulation und stärken die Atmungsorgane. Zu den weiteren wesentlichen Bestandteilen zählen die Zaunrübenwurzel, die einer Austrocknung der Schleimhäute entgegenwirkt, sowie der Wasserdost, der Gliederschmerzen sowie das Gefühl der Zerschlagenheit mildert.

### Hinweise zur Anwendung

Die Zäpfchen sind für Säuglinge und Kinder unter 7 Jahren gedacht. Führen Sie dem fieberigen Patienten ein- bis zweimal täglich ein Zäpfchen in den Mastdarm ein.

#### Präparateangaben ■ Aconitum/China comp., Suppositorien für Kinder

**Anwendungsgebiete** gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Harmonisierung des Zusammenwirkens von Ich und Empfangungsorganisation bei fieberhaften grippalen Infekten.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Pflanzenporträt Spitzwegerich

**Synonyme:** Aderkraut, Heufressa, Lungenblatt, Rossrippe, Spießkraut, Spitzfederich, Spitzwegeblatt, Wegetritt

**Wissenschaftlicher Name:** *Plantago lanceolata* L.

**Familie:** Wegerichgewächse (Plantaginaceae)

**Heimat:** Der Spitzwegerich ist in ganz Europa heimisch. Seltener findet man ihn in Nord- und Mittelasien, Nord- und Südafrika sowie Neuseeland und Australien. In Amerika ist er eingeschleppt.

**Herkunft der Pflanze bei WALA:** biologisch-dynamischer Anbau im WALA-eigenen Heilpflanzengarten

**Beschreibung:** Wie häufig der Spitzwegerich den Weg säumt, fällt uns nur selten auf. Mit seiner unscheinbaren Blüte, die eher an eine auf langem Stängel ruhende Grasähre erinnert, geht er im bunten Wiesenallerlei fast unter. Dabei bildet er am Boden eine große Rosette aus den namengebenden spitz zulaufenden Blättern. Diese 20 bis 40 cm langen Blätter sind nicht wie bei anderen Pflanzen mit einem astartigen Muster, sondern ausschließlich von Längsadern gezeichnet. Ein Charakteristikum, das sonst hauptsächlich bei Gräsern zu finden ist. So imitiert der Spitzwegerich zweifach die Grassorten, mit denen er Seite an Seite in den Wiesen wohnt. Die Blüten zieren diese mehrjährige Pflanze von Mai bis September.

**Verwendung:** Bereits in der Antike wurde der Spitzwegerich geschätzt: Plinius der Ältere berichtete über die heilsame Wirkung bei starkem Husten sowie bei Schüttelfrost. Im Mittelalter wurde er bei Brandwunden, Geschwüren, Augen- und Nasenentzündungen sowie Hundebissen eingesetzt. Kneipp verwendete ihn zur Blutstillung und Wundbehandlung.



Spitzwegerich ist wegen seines Gehalts an reizlindernden Schleimstoffen ein ausgezeichnetes Hustenmittel. Seine Wirkung gegen Husten war bis vor nicht allzu langer Zeit so sprichwörtlich, dass der Ausdruck „Spitzwegerichsaft“ ein allgemeiner Name für Hustensaft war.

**Wissenswertes:** Die Endung -rich stand im Indogermanischen für Herrscher. Wegerich heißt also Herrscher des Weges.

Spitzwegerichsamen werden in feuchtem Zustand klebrig. Sie bleiben an den Füßen Darüberlaufender hängen und verbreiten sich auf diese Weise. Die weißen Siedler schleppten ihn so nach Amerika ein, weshalb er bei den Indianern als „Fußtritt des weißen Mannes“ bekannt ist.

Die hochgeschätzte Heilpflanze nutzte man in früheren Zeiten auch als Nahrungsmittel. So sind frische junge Spitzwegerichblätter eine würzige und gesunde Beigabe zu Salaten, Quark und Weichkäse. Die Blätter schmecken vor der Blüte der Pflanze am besten und lassen sich gut zu Wildgemüse und Suppen verarbeiten.

## Was sind Globuli velati?

In dieser Broschüre empfehlen wir Ihnen unter anderem Globuli velati. Was aber sind das eigentlich? Hinter diesem Begriff verbirgt sich eine Darreichungsform, in der Ihnen sehr viele WALA Arzneimittel zur Verfügung stehen.

Globuli velati sind Kügelchen aus Saccharose, auch Sucrose genannt und gemeinhin als Zucker bekannt, auf denen Arzneistofflösung aufgetrocknet wurde. Eine gesonderte Berücksichtigung der durch die Einnahme zugeführten Kohlenhydratmenge ist für Diabetiker nicht erforderlich. Globuli velati sind alkoholfrei und deshalb für Säuglinge und Kinder besonders gut geeignet. Sie sind leicht dosierbar und schmecken im Unterschied zu vielen Arzneimitteln angenehm süß.



## Wie nehme ich Globuli velati ein?

Die empfohlene Anzahl Globuli velati sollten Sie aus hygienischen Gründen in den Deckel des Gläschens geben. Die entnommene Dosis lassen Sie unter der Zunge zergehen. Etwa eine Viertelstunde ab Einnahme der Globuli velati sollten Sie nichts essen und trinken und die Zähne nicht putzen, um die Aufnahme des Arzneimittels über die Mundschleimhaut nicht zu beeinträchtigen.

Die Wirkung der Globuli velati ist oft noch intensiver, wenn Sie die Tagesdosis in einem halben Glas Wasser verrührt und über den Tag verteilt schluckweise einnehmen. Diese Art der Einnahme eignet sich insbesondere für Menschen mit Schluckbeschwerden sowie bei akuten Beschwerden.

Sämtliche Dosierungsangaben gelten, soweit vom Arzt nicht anders verordnet. Spezielle Anwendungshinweise entnehmen Sie bitte den Präparateangaben, die sich am jeweiligen Seitenende dieser Broschüre befinden.



**Tip:** Im becherförmigen Deckel können Sie die Globuli velati ganz einfach und hygienisch abzählen. Überschüssige Globuli velati geraten nicht mit der Haut in Kontakt, Sie können sie problemlos in das Glas zurückschütten.

## WALA Arzneimittel

WALA Arzneimittel wirken aus dem Gleichgewicht geratenen Prozessen im Menschen entgegen und stärken den Organismus. Die enthaltenen Wirksubstanzen werden durch Wärme-, Rhythmisierungs- und homöopathische Potenzierungsverfahren in bewusster Handarbeit aufbereitet. WALA Arzneimittel zur innerlichen Anwendung sind ohne Alkohol hergestellt, was besonders in der Therapie von Kindern eine wichtige Rolle spielt.

Als wichtige Säule der Anthroposophischen Medizin unterstützen WALA Arzneimittel die Selbstheilungskräfte des Organismus und fördern damit die Gesundung von Körper, Seele und Geist.

Heute stehen etwa 900 verschiedene WALA Arzneimittel für akute und chronische Krankheiten zur Verfügung, darunter zahlreiche Präparate zur Selbstmedikation, wie sie in dieser Broschüre beschrieben sind.



## Die WALA Heilmittel GmbH – Aus der Natur für den Menschen



Die WALA Heilmittel GmbH mit ihren etwa 700 Mitarbeitern stellt die WALA Arzneimittel, Dr.Hauschka Kosmetik und Dr.Hauschka Med Präparate auf natürlicher Basis her. Für den weltweiten Vertrieb arbeitet sie mit Partnern in rund 40 Ländern zusammen.

Das 1935 gegründete und seit 1986 von der WALA Stiftung getragene Unternehmen in Eckwälden bei Stuttgart hat etwa 900 Arzneimittel und gut 130 Kosmetika entwickelt, die dem Menschen nutzen und natürliche Ressourcen schonen. Das grundsätzliche Anliegen der WALA Präparate ist es, Lebensprozesse, die ins Ungleichgewicht geraten sind, wieder zu harmonisieren. Alle Markenprodukte der WALA entstehen in einem sorgfältig durchdachten Prozess im Einklang mit der Natur. So gilt dem Umweltschutz ein starkes Augenmerk, Heilpflanzen stammen aus dem eigenen, biologisch-dynamisch bewirtschafteten WALA Heilpflanzengarten oder aus weltweit geförderten Anbauprojekten.

## Informationen zu WALA Arzneimitteln

enthalten unsere Broschüren:

- WALA Hausapotheke
- WALA Reiseapotheke
- WALA Kinderapotheke
- Schwangerschaft und Stillzeit
- Erkältungen
- Frauengesundheit
- Gesunde Augen
- Gesund im Büroalltag
- Gesunde Verdauung
- Häusliche Pflege
- Hautverletzungen



Die Broschüren können Sie kostenfrei bei unserem WALA Kundenservice bestellen. Wir freuen uns über Ihren Anruf.

Sie erreichen uns

montags bis freitags von 8:00 bis 17:00 Uhr unter:

Tel. +49 (0)7164 930-181

Fax +49 (0)7164 930-297

info@wala.de

www.walaarzneimittel.de

Sie sind an aktuellen Informationen interessiert?

Mit dem **WALA Newsletter** und unserer Kundenzeitschrift **viaWALA** erhalten Sie regelmäßig Informationen, Hintergründe und nützliche Tipps rund um die WALA, die WALA Arzneimittel, Dr.Hauschka Kosmetik und Dr.Hauschka Med. Am besten abonnieren Sie gleich online:

- den WALA Newsletter unter **www.wala.de/newsletter**
- die viaWALA unter **www.viawala.de/abo**



**Adressen anthroposophischer Ärzte** in Ihrer Nähe erhalten Sie bei der Gesellschaft Anthroposophischer Ärzte (GAÄD):

Telefon-Hotline +49 (0)1803 305055

(9 Cent/Min. aus dem deutschen Festnetz, Mobilfunk max. 42 Cent/Min.)

www.anthroposophischeaerzte.de

**Informationen zur Anthroposophischen Medizin** erhalten Sie beim Dachverband Anthroposophische Medizin in Deutschland (DAMiD):

Telefon +49 (0)30 36501698

www.damid.de

## Die Menschen in unseren Broschüren

Die Fotos in unseren Broschüren haben wir nicht von irgendwelchen Menschen gemacht. Es sind vielmehr Menschen, die eine Geschichte mit der WALA Heilmittel GmbH verbindet – und die natürlich die Begeisterung für die WALA Arzneimittel miteinander teilen.



### Korinna und Yves

Als langjährige Assistentin im Produktmanagement arbeitet Korinna in der WALA im Bereich Marketing und Vertrieb Arzneimittel. Sie und ihr Mann Yves vertrauen besonders als junge Eltern ganz auf die WALA Arzneimittel.

Aus der Natur für den Menschen

## Impressum

WALA Erkältungen  
6. Auflage, Juli 2011  
Artikel-Nr. 101 218 499/1H

© 2011 WALA Heilmittel GmbH  
Dorfstr. 1  
73087 Bad Boll /Eckwälden  
DEUTSCHLAND  
Tel. +49 (0)7164 930-0  
Fax +49 (0)7164 930-297

info@wala.de  
www.wala.de  
www.walaarzneimittel.de  
www.dr.hauschka.de  
www.dr.hauschka-med.de

Adressen der rund 30 internationalen Vertriebspartner finden Sie  
im Internet unter [www.wala.de](http://www.wala.de) im Menü „International“.

Bildnachweis: Sabine Braun, Kay Johannsen, Arne Schneider, WALA Archiv  
Text: Catrin Cohnen  
Koordination: Annett Vithlani  
Layout und Satz: WALA Grafik  
Druck: gerthofer individualdruck, Geislingen  
Papier: chlorfrei gebleicht

WALA®, WALA® Logo, viaWALA®, Dr.Hauschka®, Dr.Hauschka Med®,  
Dr.Hauschka CulturCosmetic®, CulturCosmetic® und Dr.Hauschka Design  
sind eingetragene Marken der Firma WALA Heilmittel GmbH.