

## Pressemitteilung

### Tipps gegen das schmerzende Kratzen im Hals

Berlin, 6. Dezember 2018 – Winterzeit ist auch die Zeit für Halsschmerzen. Sie gehören für Millionen Betroffene zum Alltag. „Halsschmerzen sind meist der harmlose Begleiter einer Erkältung. Doch können sie auch Symptom einer ernsteren Erkrankung sein. Dauern Halsschmerzen länger als eine Woche an, ist ein Besuch beim Arzt ratsam“, empfiehlt Dr. Ursula Marschall, leitende Medizinerin der BARMER. So könne schnell abgeklärt werden, ob statt einer vermeintlichen Erkältung eine Überlastung der Stimme, eine Mandel- oder Kehlkopfentzündung in Frage kommen könne. Auch Schilddrüsenerkrankungen oder Infektionskrankheiten könnten die Schmerzen im Hals verursachen.

#### Lindernde Tipps gegen Schluckbeschwerden

Halsschmerzen und die damit häufig verbundenen Schluckbeschwerden ließen sich gut mit in der Apotheke frei erhältlichen Medikamenten bekämpfen, so Marschall. Lutschtabletten und Lösungen zum Gurgeln enthielten unterschiedliche Wirkstoffe, die allerdings die den Schmerzen zugrundeliegende Entzündung oft nicht ursächlich bekämpften. Immer wieder hoch im Kurs stünden Hausmittel. „Die Erfahrung zeigt, dass sich erkältungsbedingte Halsschmerzen gut mit Hausmitteln lindern lassen. Also zum Beispiel mit warmem Salzwasser gurgeln, Kamillen- oder Salbeitee trinken. Viel trinken ist ohnehin sehr wichtig“, sagt Marschall.

Mehr Informationen <https://magazin.barmer.de/halsschmerzen/>

**BARMER**  
**Pressestelle**

Axel-Springer-Str. 44 • 10969 Berlin

[www.barmer.de/presse](http://www.barmer.de/presse)  
[www.twitter.com/BARMER\\_Presse](https://www.twitter.com/BARMER_Presse)  
[presse@barmer.de](mailto:presse@barmer.de)

Athanasios Drougias (Ltg.)  
Tel.: 0800 33 30 04 99 14 21  
[athanasios.drougias@barmer.de](mailto:athanasios.drougias@barmer.de)

Sunna Gieseke  
Tel.: 0800 33 30 04 99 80 31  
[sunna.gieseke@barmer.de](mailto:sunna.gieseke@barmer.de)