

GUTE PILLEN – SCHLECHTE PILLEN

Unabhängige Informationen zu Ihrer Gesundheit

Ohne Einfluss der Pharmaindustrie. Ohne Werbung.

Pressemitteilung 21. März 2016

Hilfe bei Schnupfen und verstopfter Nase

Wirkstoffmix bringt Schniefnasen oft nix

Winter ade – doch Schnupfen, Husten und Abgeschlagenheit sind damit längst nicht passé. Viele greifen dann zu einem der rezeptfreien Allround-Erkältungsmittel. Die sollen laut Werbung schnell wieder fit und einsatzbereit machen. Dabei kann es aber passieren, dass man auf der verstopften Nase sitzenbleibt. **Gute Pillen – Schlechte Pillen** zeigt, warum das so ist und plädiert für Präparate mit einem einzigen Wirkstoff. Damit lassen sich Erkältungsbeschwerden gezielter und sogar kostengünstiger lindern.

In Kombinationsmitteln gegen Erkältungen steckt oft der Wirkstoff Phenylephrin. Er soll für eine freie Nase sorgen. Neue Studien belegen nun zum wiederholten Mal, dass diese angebliche Anti-Schnupfen-Substanz versagt: Sie lindert in verschiedenen Dosierungen das Problem nicht besser als ein Scheinmedikament (Placebo; ohne Wirkstoffe).

Einzelstoffe empfehlenswert: Wollen Erwachsene mithilfe rezeptfreier Medikamente ihre Erkältung erträglicher machen, sollten sie besser zu Ein-Stoff-Präparaten greifen und diese je nach Bedarf dosieren. Manch einem nützt ein [Schmerzmittel](#) wie Paracetamol, Acetylsalicylsäure (ASS) oder Ibuprofen, wenn der Kopf brummt. Verstopfte Nasen lassen sich innerhalb weniger Minuten mit Tropfen, die die Nasenschleimhaut abschwellen, freibekommen. Geeignet und schnell wirksam ist beispielsweise der [Wirkstoff Xylometazolin](#). Aber Achtung: Solche Nasentropfen dürfen nicht länger als sieben Tage hintereinander benutzt werden. Sonst reagiert die Schleimhaut darauf mit erneuter Schwellung, dem „Nasentropfen-Schnupfen“.

GPSP-Tipp:

Manchmal reichen bei verstopfter Nase [salzhaltige Nasentropfen](#). Obwohl sie die Schleimhaut „nur“ befeuchten und nicht zum Anschwellen bringen, lindern sie die Beschwerden. Und sie können länger angewendet werden.

Weitere Informationen sowie Einzelheiten zu den Studien finden Sie im [Originalartikel](#).

Die Veröffentlichung dieser Mitteilung ist kostenlos unter Angabe der Quelle www.gutepillen-schlechtpillen.de oder **Gute Pillen – Schlechte Pillen** 2/2016. Über Rückmeldung oder Beleg freuen wir uns.

Redaktion **Gute Pillen – Schlechte Pillen**

August-Bebel-Str. 62

D-33602 Bielefeld

Redaktion@GP-SP.de
www.gutepillen-schlechtpillen.de

Gute Pillen - Schlechte Pillen ist ein Gemeinschaftsprojekt von: DER ARZNEIMITTELBRIEF, arzneitelegramm, Arzneiverordnung in der Praxis und Pharma-Brief.
Alle beteiligten Zeitschriften sind Mitglied der International Society of Drug Bulletins (ISDB).
Herausgeber: Gute Pillen, Schlechte Pillen - Gemeinnützige Gesellschaft für unabhängige Gesundheitsinformation mbH, Bergstr. 38A, 12169 Berlin, HRB 98731B Amtsgericht Berlin-Charlottenburg, Geschäftsführer: Wolfgang Becker-Brüser, Jörg Schaaber, Dr. Dietrich von Herrath. Steuernr. 29/010/70934