

Ratgeber

Hals- und Stimmbeschwerden



Inhalt

Soforthilfe bei **Reizungen**
und **Entzündungen** im
Mund- und Rachenraum



4

Entstehung
von Hals- und
Stimmbeschwerden

5

Mögliche Ursachen

6

Was tun, wenn der
Hals kratzt?

7

Lutschpastillen aus
der Apotheke

8

ipalat® Hydro Med

10

Die Physiologie von
Hals- und
Stimmbeschwerden

12

Hydro-Effekt durch
einzigartige
Wirkstoffkombination

13

Vorbeugung

14

Eine stimmige
Familie

Entstehung von Hals- und Stimmbeschwerden

Im gesunden Zustand ist unsere Schleimhaut in Mund und Rachen von einem dünnen Feuchtigkeitsfilm überzogen. Dieser hält die verletzbare Schleimhaut konstant feucht, was nicht nur zu einem normalen Klang unserer Stimme beiträgt, sondern auch vor Reizungen durch äußere Einflüsse schützt. Diese Einflüsse können beispielsweise Pollen, Allergene, Viren, Bakterien oder Feinstaub sein, die die Schleimhäute reizen oder sogar Entzündungen herbeiführen und zu Halsschmerzen führen können.

Symptome von Hals- und Stimmbeschwerden



Hustenreiz



Mundtrockenheit



Heiserkeit



Halsschmerzen



Halskratzen



Brechende oder ausbleibende Stimme

Bei mangelnder Befeuchtung kann es zum Austrocknen der Schleimhäute kommen, wodurch der Schwingungsablauf der Stimmlippen und damit auch das Sprechen beeinträchtigt werden. Täglich produzieren unsere Speicheldrüsen zwischen 0,5 und 1,5 Liter Flüssigkeit. Wichtig ist dabei auch das Fließverhalten der Flüssigkeit. Diese ist nicht komplett wässrig und kann so besser an unseren Schleimhäuten haften und ihre Funktionen erfüllen.

Mögliche Ursachen

1

Rachenentzündung

- **Akut:**
 - Virale/bakterielle Infektion
- **Chronisch:**
 - Tabak
 - Alkohol

2

Hormonelle Veränderungen

- Schwangerschaft
- Menopause

3

Schleimhautreizung

- Pollen
- Allergene
- Feinstaub
- Viren
- Bakterien
- Tabak/Rauchen

4

Trockene Schleimhäute

- Heizungsluft
- Klimaanlage/luft
- Mundatmung
- Schnarchen
- Hohe Sprech-/ Singbelastung

5

Erkrankungen bzw. Nebenwirkungen

- Rheuma
- Diabetes
- Strahlentherapie
- Angstzustände
- Verminderte Speichelproduktion

6

Überstrapazierte Stimme

- Meetings
- Konzerte
- Laute Umgebung

Was tun, wenn der Hals kratzt?



Ausreichend trinken

Es ist ratsam, mindestens zwei Liter am Tag zu trinken.



Genug Luftfeuchtigkeit

Etwa 60 %, z. B. bei Heizungsbenutzung eine Schale Wasser bereitstellen.



Hausmittel nutzen

Zusätzliche Linderung durch Hausmittel, z. B. warmer Zitronensaft mit Honig.



Halswickel

Kalt oder warm, z. B. aus Kartoffeln, Quark oder Tee.



Gurgeln

z. B. mit Salzwasser.



Lutschpastillen aus der Apotheke

Die praktische Dose mit den Pastillen kann überall hin mitgenommen werden. Ob auf der Arbeit, unterwegs oder zu Hause: Die ipalat® Hydro Med Lutschpastillen sind schnell zur Hand.

Lutschpastillen aus der Apotheke

Wirkung direkt am Entstehungsort der Halsbeschwerden

Mit seinem Hydro-Effekt bildet ipalat® Hydro Med einen effektiven Schutzfilm auf der Schleimhaut und befeuchtet sie intensiv.

Hilfe gegen ein breites Spektrum an Symptomen

ipalat® Hydro Med lindert schnell & langanhaltend Symptome wie Hustenreiz, Heiserkeit, Halskratzen, Mundtrockenheit und leichte Halsschmerzen.

Linderung über die Zeit des Lutschens hinaus

Untersuchungen zeigen, dass der Schutz- und Feuchtigkeitsfilm über 30 Minuten lang an den Schleimhäuten haftet.* Das sind die besten Voraussetzungen für eine effektive Linderung bei Halsbeschwerden und Hustenreiz.

Soforthilfe bei Schleimhautreizungen

Bereits 10 Minuten nach Beginn zeigt sich im Anwendertest von ipalat® Hydro Med eine deutliche Verbesserung von Hustenreiz, Heiserkeit, Halskratzen, Mundtrockenheit und Halsschmerzen.**



Tipp!

Längerer Halspastillen-Effekt

Für einen längeren Effekt **30 min** nach einer Pastille nicht essen, trinken oder Zähne putzen.

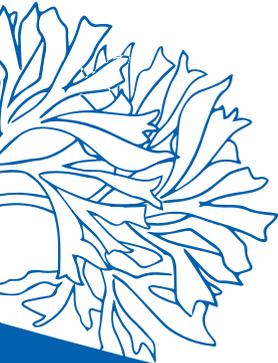
* Interne Daten

** Kapoor K, Wilhelm D, Neumeister C, Götz MR, Schwantes U, Bleckert G, Gerstenmaier L, Jambrecina A. Treatment of Oropharyngeal Symptoms: A Prospective, Single-Dose, Placebo-Controlled, Randomized Clinical Trial. Open Access Journal of Clinical Trials. 2022;14:11–23.

ipalat® Hydro Med: Mit dem Schutzfilm für Hals und Stimme

» Einzigartiger Wirkstoffkomplex* mit
Hyaluron und **Rotalgen-Carrageen**

» Mit **Hydro-Effekt** zur Soforthilfe bei
Reizungen und Entzündungen im Mund-
und Rachenraum



- **Lindert** schnell & langanhaltend Symptome wie Hustenreiz, Heiserkeit, Halskratzen, Mundtrockenheit und leichte Hals-schmerzen
- **Schützt** effektiv vor reizenden Einflüssen wie Pollen, Allergenen, Viren, Bakterien, Feinstaub und trockener Klimaanlage- oder Heizungsluft
- **Befeuchtet** trockene Schleimhäute intensiv

* Wirkstoffkomplex aus Gummi arabicum, Hydroxyethylcellulose, Natriumhyaluronat und Carrageen.

Wie wird ipalat® Hydro Med angewendet?

- Bis zu 6-mal täglich, alle 2-3 Stunden
- Pastille lutschen oder leicht kauen, bis sie vollständig verschwunden ist

Wer kann ipalat® Hydro Med anwenden?

- Die ganze Familie
- Kinder ab 6 Jahren

Wie lange kann ipalat® Hydro Med angewendet werden?

Zur längeren Anwendung geeignet, z. B. bei Vielsprecher:innen.

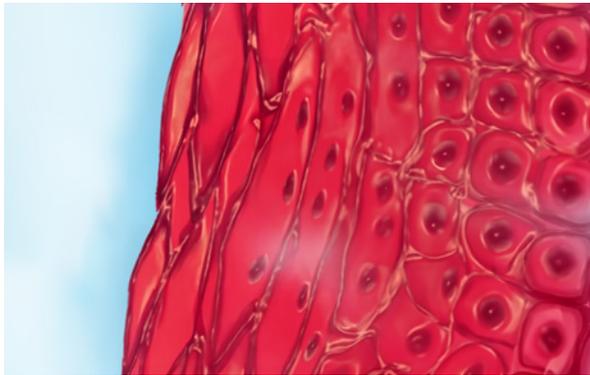
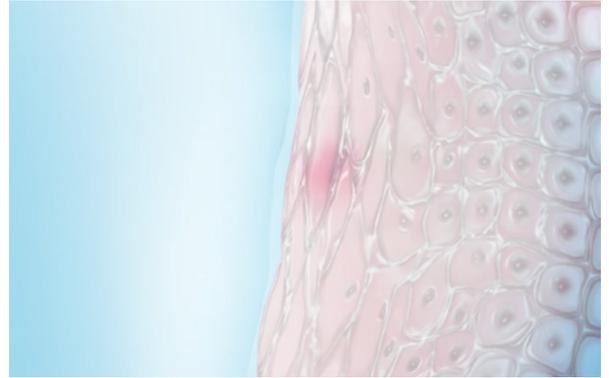
Wie schmeckt ipalat® Hydro Med?

Natürliche Geschmacksstoffe aus Primelwurzel, Anis und Fenchel sorgen für einen angenehmen Kräuter-Honig-Geschmack.



Die Physiologie von Hals- und Stimmbeschwerden ...

Die gesunde Mundschleimhaut kleidet unsere Mundhöhle aus und schützt vor Krankheitserregern. Sie ist mit einem Feuchtigkeitsfilm bedeckt, der beim Schlucken und Sprechen eine wichtige Rolle spielt.



Eine trockene oder gereizte Schleimhaut führt zu unangenehmen Symptomen wie Hustenreiz, Heiserkeit, Halskratzen, Mundtrockenheit und Halsschmerzen.

... und wie ipalat® Hydro Med helfen kann.

Mit seinem einzigartigen Wirkstoffkomplex mit Hyaluron und Rotalgen-Carrageen* sorgt ipalat® Hydro Med für eine schnelle und langanhaltende Linderung der Symptome. Mit seinem Hydro-Effekt bildet es einen effektiven Schutzfilm auf der Schleimhaut und befeuchtet sie intensiv.

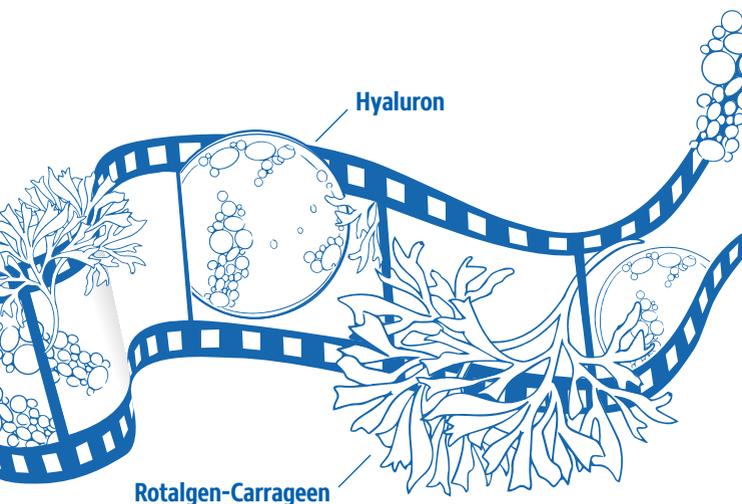


* Wirkstoffkomplex aus Gummi arabicum, Hydroxyethylcellulose, Natriumhyaluronat und Carrageen.

Hydro-Effekt durch einzigartige Wirkstoffkombination

Neben der Speichelfluss-anregenden Wirkung der Pastille verfügt ipalat® Hydro Med über eine einzigartige Wirkstoffkombination, die für den sogenannten Hydro-Effekt sorgt.

Essenziell für diesen sind die Wirkstoffe Hyaluron und Rotalgen-Carrageen. Ihre wasser- und gelbildenden Eigenschaften sind ideal für den Aufbau eines Schutz- und Feuchtigkeitsfilms geeignet. Unsere Schleimhäute werden gegen reizende Einflüsse wie Pollen, Allergene, Viren, Bakterien, Feinstaub, trockene Klimaanlage- oder Heizungsluft geschützt und intensiv befeuchtet, die Symptome gelindert.



Wie kann ich Hals- und Stimmbeschwerden vorbeugen?



Trinke ausreichend Flüssigkeit,
mindestens zwei Liter am Tag.



Optimale Raumluftfeuchtigkeit

Sorge für eine optimale Raumluftfeuchtigkeit von etwa 60%, denn zu trockene Luft trocknet die Schleimhäute aus.



Immunsystem stärken

Vitaminreich ernähren, ausreichend schlafen und viel Bewegung an der frischen Luft.



Alkohol und Nikotin vermeiden

Vermeide diese Genussmittel, da sie eine Reizung des Halses begünstigen.



Halte deinen Hals warm,

zum Beispiel mit einem Schal.



Gutes Raumklima

Ideal ist eine Raumtemperatur von ca. 18–21 °C.



Gute Atmung

Für eine optimale Befeuchtung der Schleimhäute durch die Nase ein- und durch den Mund ausatmen.

Eine stimmige Familie



ipalat® Hydro Med



Zucker



Menthol



Lactosefrei



Glutenfrei



Einziger Wirkstoffkomplex mit Hyaluron und Rotalgen-Carrageen.*

- Schnell wirksame Soforthilfe bei Reizungen und Entzündungen im Mund- und Rachenraum
- Linderung von intensiveren Symptomen
- Anwendung bis zu 6-mal täglich, alle 2–3 Stunden
- Ab 6 Jahren



ipalat® Classic



ipalat® Zuckerfrei



ipalat® Honigmild



Zucker



Menthol



Lactosefrei



Glutenfrei



Pflanzliche Naturkraft mit Primelwurzel, Anis und Fenchel.

- Befreiend und wohltuend
- Anwendung nach Bedarf
- Einnahme durch Kinder, sobald sie die Pastillen sicher lutschen können

* Wirkstoffkomplex aus Gummi arabicum, Hydroxyethylcellulose, Natriumhyaluronat und Carrageen.

ipalat® Hydro Med

Soforthilfe bei Reizungen und Entzündungen im Mund- und Rachenraum.

- Lindert die Symptome schnell und langanhaltend
- Schützt effektiv vor reizenden Einflüssen
- Befeuchtet trockene Schleimhäute intensiv



ipalat-hydro-med.de



ipalat.de

 **Dr. Pflieger**
ARZNEIMITTEL