

Erkältung: Bezwingen der Abwehr

Was die Erkrankung wirklich bedeutet
und warum Antibiotika in vielen Fällen mehr schaden als nutzen

Da schleppt man sich als erkältungsgeplagter Patient in die Arztpraxis und dann dies: Der Doktor verschreibt kein Antibiotikum! Dr. Klaus Ebenburger ist einer von jenen Ärzten, die den Rezeptblock erst dann aus der Schublade ziehen, wenn es therapeutisch wirklich Sinn macht – Erwartungen von Patienten hin oder her. „Antibiotika zerstören zwar Bakterien, schaffen dadurch allerdings Platz für Viren, die sich umso besser ausbreiten können.“ Weil Viren in 90 Prozent aller Fälle die Ursache für Erkältungskrankheiten sind, Antibiotika aber nicht gegen Virusinfekte wirken, schadet das Medikament hier oft mehr als es nutzt. „Ein Mensch wird nicht krank, nur weil er einen Infekt aufgeschnappt hat, sondern weil sein Immunsystem zu schwach ist, um mit diesem Infekt fertig zu werden.“



Dr. med. Klaus Ebenburger,
Reisemediziner aus Amberg

Dr. Klaus Ebenburger ist ein Mann der deutlichen Worte. „Ich mute meinen Patienten immer die Wahrheit zu: Auch wenn sie sich wegen ihrer Erkältung schlecht fühlen, macht es meist keinen Sinn, die chemische

Keule auszupacken, wenn die Ursache damit nicht bekämpft werden kann.“ Antibiotika, die zu schnell oder gar unnötig verschrieben werden, verschärfen zudem das Risiko von Resistenzbildungen – ein Problem, das man gar nicht hoch genug einschätzen kann.

Dr. Ebenburger geht es um den ganzheitlichen Blick. „Eine Erkältung ist die Folge eines schwachen Immunsystems. Die Frage lautet deshalb stets: Wie gelingt es, das Immunsystem zu stärken und in Hochform zu halten?“ Einfache Regel: Ein glückliches und zufriedenes Leben führen! Dauerhaften Stress im Alltag vermeiden – Nachtdienst, Sorgen, Ärger, Schlafstörungen – denn all dies strapaziert das Immunsystem und macht den Körper anfällig für Infekte. „Die Basis für einen guten Immunstatus schafft derjenige, der aus der „eigenen Mitte heraus lebt“, zufrieden ist mit dem was er tut und einen „Anker“ in der Zukunft hat mit Dingen, auf die er sich freut.“ Dr. Ebenburger bringt es auf den Punkt: „Positive Lebenseinstellung = beste Vorbeugung gegen Krankheiten.“

Neben dieser positiven Grundeinstellung, setzt der Mediziner auch auf die bewährte Behandlung mit Akupunktur. „Die Stimulierung spezieller Meridiane bringt die körpereigene Abwehr auf Hochleistung: Patienten fühlen sich bereits nach der ersten Sitzung deutlich besser – ganz ohne Antibiotika.“

Dr. med. Klaus Ebenburger: „Das Wesen der Gesundheit ist nicht die Abwesenheit von Krankheiten, sondern das Gleichgewicht zwischen Arbeit und Erholung, zwischen Spannung und Entspannung, zwischen Tag und Nacht, zwischen körperlicher und geistiger Aktivität ... letztendlich, zwischen Yin und Yang.“

Amberger Praxis für Reisemedizin Dr. med. Klaus Ebenburger

Flug-, Höhen-, Reise-, Tauch- und Tropenmedizin
Amtliche Gelbfieberimpfstelle
Mitglied im CRM (Centrum für Reisemedizin), im Forum Reisen und Medizin,
im CRM-Travel.NET, in der LAGI (Landesarbeitsgemeinschaft Impfen)

Wir impfen gegen:
Gelbfieber, Hepatitis, Typhus, Tollwut, Cholera...
und alle anderen, weltweit auftretenden Krankheiten!

Kaiser-Wilhelm-Ring 18
92224 Amberg
Telefon: 09621/12274
www.doktor-ebenburger.de

