

Halsschmerzen, Schnupfen

bei einer COVID-19 Infektion (gilt für Erwachsene und Kinder ab dem Schulalter)



Halsschmerzen und Schnupfen treten häufig im Rahmen einer COVID-19 Infektion auf. Manchmal sind die Halsschmerzen sehr stark.



Was können Sie selbst tun?

Bei Halsschmerzen:

- Gurgeln Sie mit Salzwasser oder Salbeitee
- Trinken Sie viel, bspw. ungesüßte Kräutertees, Ingwertee
- Verschiedene Wickel im Halsbereich können hilfreich sein
- Lutschen bspw. von Eiswürfel zur Befeuchtung des Halses
- Gegebenenfalls Medikamente zur Schmerzlinderung und Entzündungshemmung
- Ruhen Sie sich aus

Bei Schnupfen:

- Trinken Sie viel, so kann auch die Verflüssigung des Nasensekrets begünstigt werden
- Erhöhte Luftfeuchtigkeit, bspw. durch Aufhängen feuchter Tücher im Raum
- Schlafen Sie mit leicht erhöhtem Oberkörper, so können die Atemwege besser befreit werden
- Wasserdampfinhalation
- Im Bedarfsfall Verabreichung von Nasensprays für wenige Tage
- Schonen Sie sich

Ansteckungen vermeiden: regelmäßiges Händewaschen (mind. 20 Sekunden, mit Seife) oder Desinfizieren, in die Armbeuge husten/niesen und nicht in die Hände, Abstand halten, FFP2-Maske bei notwendigem persönlichen/medizinischen Kontakt.

Sind Sie unsicher oder brauchen medizinische Informationen für sich selbst, Ihr Kind oder eine:n zu pflegende:n Angehörige:n? Dann rufen Sie ☎ 1450, die telefonische Gesundheitsberatung, an.



Wann ist medizinischer Rat einzuholen?

Es ist (außer bei leichten Infekten) empfehlenswert, mit Ihrer Hausärztin oder Ihrem Hausarzt in telefonischem Kontakt zu sein. In jedem Fall sollte medizinischer Rat eingeholt werden, wenn Sie:

- sehr starke Beschwerden haben (z. B. hohes oder anhaltendes Fieber, starke Schmerzen)
- schwer Luft bekommen
- bereits bei leichter Anstrengung oder beim Sprechen Kurzatmigkeit verspüren.
- Schmerzen oder Druck im Brustbereich verspüren.
- an einer chronischen Erkrankung der Atemwege leiden
- (oder Ihr Kind) keine Flüssigkeit zu sich nehmen oder bei sich behalten können
- eine beginnende Beeinträchtigung Ihres Bewusstseins bemerken (nicht wach bleiben können)
- bläuliche Hautverfärbung von Lippen, Zehen oder Fingern bemerken
- Umfangzunahme und/oder Schmerzen in einem Unterschenkel/Bein bemerken

oder

- wenn einer oder mehrere der Risikofaktoren für einen möglicherweise schweren COVID-19 Erkrankungsverlauf auf Sie zutreffen.

Halsschmerzen, Schnupfen

bei einer COVID-19 Infektion (gilt für Erwachsene und Kinder ab dem Schulalter)



Risikofaktoren:

- Alter > 50 Jahre
- Krebserkrankung
- Herzkreislauferkrankungen
- Bluthochdruck
- Gefäßerkrankung
- Raucher:in
- Trisomie 21
- Übergewicht mit einem Body-Mass-Index (BMI) > 30
- chronische Leber- oder Nierenerkrankung
- Schlaganfall oder Herzinfarkt (in den letzten Jahren)
- Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)
- Erkrankungen des Atmungssystems
- Neurologische und psychiatrische Erkrankungen (z. B. Demenz)
- Immunsuppression (krankheits- oder medikationsbedingt)
- Schwangerschaft (bes. mit zusätzlichen Risikofaktoren)

Weitere Infos
zum Thema
Impfen sowie
Impfmöglichkeiten in
ÖÖ finden Sie unter:
corona.ooe.gv.at