PRESSEINFORMATION

**Die Erkältung – im Sommer noch lästiger als im Winter**Gezielte Unterstützung bei Husten und Schnupfen

**Langenfeld,** **April 2021. Erkältungen im Winter sind anstrengend! Man fühlt sich schlapp, möchte sich einmummeln und das Haus nicht verlassen. Noch lästiger aber sind Erkältungen im Sommer. Gezielte Mikronährstoffkombinationen können bei wiederkehrenden Atemwegs-infektionen das Immunsystem unterstützen.**

Wer schon einmal im Sommer krank war, kennt das Dilemma: Die nächtliche Erholung im Schlaf fällt aus, weil die Temperaturen zu warm sind. Man möchte kalte Getränke statt Tee und während alle anderen das schöne Wetter genießen, muss man selbst das Bett hüten. All das macht die Sommererkältung besonders unangenehm und belastet nicht nur den Körper, sondern auch die Laune. Hat es einen erst erwischt, ist ein Entkommen nicht möglich. Deshalb sollte man vorbeugen! Im Vorfeld kann man einige Tipps beherzigen, die sich aus der Winterzeit übertragen lassen: viel Schlafen, ausgewogen Essen und sich regelmäßig die Hände waschen. Und Augen auf bei Klimaanlagen: Sie können für große Temperaturunterschiede sorgen und trocknen gleichzeitig die Schleimhäute aus. Viren und Bakterien können dann schneller in den Körper gelangen.

**Bei Belastungen: Vitamine & Co.**

Wenn wiederkehrende Atemwegsinfekte das Immunsystem belasten, kann eine Mikronährstoff-Kombination mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen – z. B. Orthomol Immun aus der Apotheke – die körpereigene Abwehr zusätzlich unterstützen. Die nutritiven Eigenschaften von Vitamin C zum Beispiel spielen eine zentrale Rolle im Rahmen der Immunabwehr.

**Orthomol. Bereit. Fürs Leben.**

Die Firma Orthomol in Langenfeld ist der Wegbereiter der orthomolekularen Ernährungsmedizin in Deutschland. Das Unternehmen entwickelt und vertreibt seit 30 Jahren ausgewogen dosierte und für verschiedene Anwendungsgebiete zusammengesetzte Mikronährstoff-Kombinationen. Orthomol-Produkte sind für das Diätmanagement bei unterschiedlichen Erkrankungen und zur Nahrungsergänzung in verschiedenen Lebenssituationen vorgesehen und in Apotheken erhältlich. Ihre Entwicklung und Herstellung erfolgt nach dem internationalen Qualitätsstandard    
ISO 22.000.

Mehr Informationen zu Orthomol und unseren Produkten gibt es auf unseren    
Social-Media-Kanälen:

Bildergebnis für logo fb

Bildergebnis für logo fb schwarz**facebook.com/orthomol**

Bildergebnis für logo youtube schwarz**instagram.com/orthomol** oder **@orthomol**

**youtube.com/orthomol**

Weitere Informationen: www.orthomol.de