



## Pressemitteilung

Bruckmühl, 08.08.2022

# Natürliche Hilfe gegen Reizhusten und festsitzenden Schleim: Wie Spitzwegerich und Thymian Husten und Halsbeschwerden lindern

Nicht ohne Grund erhielt der Spitzwegerich 2014 und der Thymian 2006 die Auszeichnung zur „Arzneipflanze des Jahres“. <sup>1,2</sup> Beide eignen sich perfekt, um durch Atemwegsinfekte ausgelöste Beschwerden zu bekämpfen. Während Spitzwegerich Reizhusten und Halskratzen lindert, hilft Thymian, selbst festsitzenden Hustenschleim zu lösen.

Bei verschiedenen Reizungen der Mund- und Rachenschleimhaut gilt der Spitzwegerich (*Plantago lanceolata*) als die Heilpflanze der Wahl. Denn die Wiesenpflanze ist reich an sekundären Pflanzenstoffen, die antibakteriell und entzündungshemmend wirken. Patient:innen schätzen zudem die Effekte der enthaltenen Polysaccharide, die sich als Schutzschicht über die gereizte Mund- und Rachenschleimhaut legen. <sup>1</sup> Der Drang zu husten kann dadurch abklingen. Unterstützend sorgen Gerbstoffe aus dem Spitzwegerich dafür, dass sich die Schleimhaut regeneriert.

### Wenn der Husten tiefer sitzt

Bei festsitzendem Husten und zähem Schleim zeigt der Thymian sein Potenzial. Verschiedene Sorten der aromatischen Gewürzpflanze, allen voran Echter Thymian (*Thymus vulgaris*) und Spanischer Thymian (*Thymus zygis*), können das Abklingen der Beschwerden fördern. Ihr Kraut ist reich an ätherischen Ölen. Außerdem kann es Bakterien und Viren effektiv bekämpfen. <sup>2</sup> Das konnte auch in Studien nachgewiesen werden, zum Beispiel an Patient:innen mit chronischer Bronchitis. <sup>3</sup> Thymian löst selbst hartnäckigen Schleim und hilft bei dessen Abtransport.

Bei leichten Symptomen finden Patient:innen in der Apotheke maßgeschneiderte Empfehlungen zur Therapie. Dort erhalten sie auch die Schoenenberger Naturreinen Heilpflanzensäfte Spitzwegerich und Thymian, die - je nach Symptomatik - gegen Husten und begleitende Beschwerden helfen können. Beide Heilpflanzensäfte bestehen aus frisch geerntetem Kraut und enthalten die Wirkstoffe in ihrer natürlichen, gelösten und für den Organismus leicht verwertbaren Form. Die zur Herstellung verwendeten Pflanzen stammen aus biologischem Anbau. Schoenenberger Pflanzensäfte sind frei von Alkohol, Zucker und Konservierungsmitteln (mehr dazu unter [www.schoenenberger.com](http://www.schoenenberger.com)).

Darüber hinaus tut bei Husten und Schluckbeschwerden Wärme gut. Auch viel zu trinken hilft vielen, den Schleim zu lösen und den Hustenreiz zu stillen. Wenn die Beschwerden sich nach einigen Tagen nicht bessern, sollten Betroffene ihre Hausarztpraxis aufsuchen.



## Über Schoenenberger

„Unsere Kraft liegt in der Natur“. Dieser Grundsatz bringt zum Ausdruck, wonach die Salus Gruppe seit mehr als 100 Jahren leidenschaftlich handelt: Natürliche Wege finden, gesund zu sein. Nur wenige wissen die heilenden Schätze der Natur so gut für die Menschen zu nutzen wie das Unternehmen im oberbayerischen Bruckmühl, zu dem auch das Pflanzensaftwerk Schoenenberger in Magstadt gehört.

Was vor über 90 Jahren in der Apotheke von Walther Schoenenberger begann, wird heute auf hochtechnischen Anlagen fortgeführt: Den Saft der frischen Pflanze in seiner reinsten Form zu gewinnen. Hierbei ist nicht nur ein besonderes technisches Know-how, sondern ein enger Austausch zwischen Vertragsanbauer:innen, wissenschaftlichen Fachkräften und Apotheker:innen erforderlich. Denn nur durch schonendste Herstellung bleiben die Wirkstoffe der frischen Pflanzen erhalten. Die Naturarzneimittel erfüllen höchste pharmazeutische Standards und sind in Apotheken, Reformhäusern und Biomärkten erhältlich.

Das in 4. Generation familiengeführte Unternehmen ist seit jeher eng mit der Natur verbunden. Deshalb setzen sich die rund 500 Mitarbeitenden in der gesamten Salus Gruppe leidenschaftlich dafür ein, natürliche Ressourcen zu schonen und sämtliche Bereiche der Firma klimaneutral auszurichten.

## Quellen:

<sup>1</sup> <https://www.uni-wuerzburg.de/aktuelles/einblick/single/news/spitzweger/> (abgerufen am 20.07.2022)

<sup>2</sup> <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2006/daz-4-2006/uid-15314> (abgerufen am 20.07.2022)

<sup>3</sup> [www.aerzteblatt.de/archiv/15517/Husten-und-Bronchitis-Thymianoeel-wirkt-als-Bronchikum](http://www.aerzteblatt.de/archiv/15517/Husten-und-Bronchitis-Thymianoeel-wirkt-als-Bronchikum) (abgerufen am 20.07.2022)



Bildmaterial:



**Schoenenberger® Spitzwegerich**  
Nurreiner Heilpflanzensaft  
UVP: 8,49 €



**Schoenenberger® Thymian**  
Nurreiner Heilpflanzensaft  
UVP: 8,49 €

Pflichtangaben:

### **Nurreiner Heilpflanzensaft Spitzwegerich**

Wirkstoff: Spitzwegerichkraut-Presssaft

Anw.: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Linderung und symptomatischen Behandlung von Husten aufgrund von Reizung/Irritationen der Mund- und Rachenschleimhaut ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

### **Nurreiner Heilpflanzensaft Thymian**

Wirkstoff: Thymiankraut-Presssaft

Anw.: Zur Besserung der Beschwerden bei Erkältungskrankheiten der Atemwege mit zähflüssigem Schleim und zur Besserung der Beschwerden bei akuter Bronchitis.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.