

The logo for Gripp-Heel features a stylized graphic of three horizontal bars on the left, followed by the brand name 'Gripp-Heel' in a bold, sans-serif font. A registered trademark symbol (®) is positioned to the upper right of the 'l' in 'Heel'. The text is framed by a blue double-line border.

## Tabletten

**Indikationsgruppe:**

Homöopathisches Arzneimittel bei Erkältungskrankheiten.

**Anwendungsgebiete:**

Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: grip-pale Infekte.

**Gegenanzeigen:**

Nicht anwenden bei bekannter Allergie (Überempfindlichkeit) gegenüber einem der Bestandteile des Arzneimittels.

**Vorsichtsmaßnahmen für die Anwendung:**

Bei länger anhaltenden Beschwerden, bei Atemnot, bei eitrigem Auswurf, bei Fieber oder atemabhängigen Schmerzen, sollte ein Arzt aufgesucht werden. Fragen Sie vor der Anwendung von allen Arzneimitteln in der Schwangerschaft und Stillzeit Ihren Arzt um Rat. Zur Anwendung dieses Arzneimittels bei Kindern unter 6 Jahren liegen keine ausreichend dokumentierten Erfahrungen vor. Das Arzneimittel bei Kindern unter 6 Jahren nur nach Rücksprache mit dem Arzt anwenden.

**Wechselwirkungen:**

Keine bekannt. Allgemeiner Hinweis: Die Wirkung eines homöopathischen Arzneimittels kann durch allgemein schädigende Faktoren in der Lebensweise und durch Reiz- und Genussmittel ungünstig beeinflusst werden. Falls Sie sonstige Arzneimittel anwenden, fragen Sie Ihren Arzt.

**Warnhinweise:**

Dieses Arzneimittel enthält Lactose. Bitte nehmen Sie dieses Arzneimittel daher erst nach Rücksprache mit Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt ist, dass Sie unter einer Zuckerunverträglichkeit leiden. 1 Tablette = 0,025 BE.

**Dosierung und Art der Anwendung:**

Soweit nicht anders verordnet: bei akuten Beschwerden alle halbe bis ganze Stunde, höchstens 12-mal täglich 1 Tablette einnehmen. Nach Besserung der akuten Beschwerden 1- bis 3-mal täglich 1 Tablette anwenden. Kinder zwischen dem 6. und dem 12. Lebensjahr erhalten nicht mehr als zwei Drittel der Erwachsenen-dosis.

**Dauer der Behandlung:**

Die Dauer der Anwendung ist ohne ärztlichen Rat auf 1-2 Wochen zu begrenzen.

**Hinweise für die Anwendung:**

Nehmen Sie nicht die doppelte Dosis ein, wenn Sie die vorherige Anwendung vergessen haben. Wenn Sie weitere Fragen zur Anwendung des Arzneimittels haben, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

**Nebenwirkungen:**

In sehr seltenen Fällen können allergische Reaktionen (Überempfindlichkeitsreaktionen) auftreten. Hinweis: Bei der Anwendung von homöopathischen Arzneimitteln können sich vorhandene Beschwerden vorübergehend verschlimmern (Erstverschlimmerung). In diesem Fall sollten Sie das Arzneimittel absetzen und Ihren Arzt befragen. Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de) anzeigen. Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

**Hinweise zu Verfallsdatum und Aufbewahrung:**

Das Verfallsdatum dieser Packung ist auf Behältnis und äußere Umhüllung aufgedruckt. Verwenden Sie diese Packung nicht mehr nach diesem Datum! Für dieses Arzneimittel sind keine besonderen Lagerbedingungen erforderlich.

**Zusammensetzung:**

1 Tablette enthält: Wirkstoffe: Aconitum napellus Trit. D4 120 mg, Bryonia Trit. D4 60 mg, Lachesis Trit. D12 60 mg, Eupatorium perfoliatum Trit. D3 30 mg, Phosphorus Trit. D5 30 mg. Die Wirkstoffe 1 bis 4 werden über die vorletzte Stufe und die Wirkstoffe 1 bis 5 werden über die letzte Stufe als Verreibung gemeinsam potenziert. Sonstiger Bestandteil: Magnesiumstearat.

**Packungsgrößen:**

50, 100 und 250 Tabletten

**Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:**

Biologische Heilmittel Heel GmbH  
Dr.-Reckeweg-Str. 2-4, 76532 Baden-Baden  
Telefon: 07221 501-00, Telefax: 07221 501-210  
E-Mail: [info@heel.de](mailto:info@heel.de)

**Stand der Information:**

Oktober 2017

The logo for Heel consists of the word 'Heel' in a bold, blue, sans-serif font, preceded by a blue horizontal bar.

## Liebe Patientin, lieber Patient,

Sie haben in Ihrer Apotheke Gripp-Heel Tabletten gekauft, ein natürliches Arzneimittel das bei grippalen Infekten angewendet wird. Die natürlichen Inhaltsstoffe von Gripp-Heel lindern Ihre Beschwerden und ermöglichen eine bis zu 3 Tage schnellere Heilung der Erkältung\*.

### Was ist ein grippaler Infekt?

Grippale Infekte sind die häufigsten Infektionskrankheiten des Menschen. Schulkinder erkranken bis zu 10-mal, Erwachsene 2- bis 3-mal pro Jahr. Grippale Infekte sind eine akute Infektion der Schleimhäute in Nase und Rachen. Als Erreger wurden über 200 verschiedene Viren identifiziert.

Die meisten grippalen Infekte treten im Winter auf. Das hat weniger mit der Kälte zu tun als mit der Tatsache, dass die Ansteckungsgefahr in geschlossenen, schlecht gelüfteten Räumen hoch ist. Meist erfolgt die Ansteckung über die Hände, die an Telefonhörern, Computertastaturen oder beim Händeschütteln ständig mit Erregern in Berührung kommen. Eintrittspforten sind vor allem Nase und Augen.

Nicht zu verwechseln ist ein grippaler Infekt mit einer echten Grippe, die ausschließlich durch Influenza-Viren ausgelöst wird. Alarmsignale für eine echte Grippe sind plötzlicher Krankheitsbeginn mit Frösteln oder Schweißausbrüchen und heftige Kopfschmerzen. Man fühlt sich extrem abgeschlagen. Weitere Symptome einer echten Grippe sind Muskel- und Gelenkschmerzen, Fieber (z.T. bis über 40 °C), trockener und schmerzhafter Husten. Bei Auftreten eines oder mehrerer dieser Symptome sollten Sie unbedingt zeitnah einen Arzt aufsuchen.

### Was passiert bei einem grippalen Infekt im Körper?

Gelangen Erreger über die Schleimhäute in den Körper, wird das unspezifische Immunsystem sofort aktiv und macht sich an die „Vernichtung“ der Eindringlinge. Das unspezifische Immunsystem ist entscheidend an der Bekämpfung und Ausheilung der Krankheit beteiligt. Gripp-Heel unterstützt das unspezifische Immunsystem während eines grippalen Infekts. Gripp-Heel trägt damit zu einer rascheren und vollständigen Ausheilung bei.

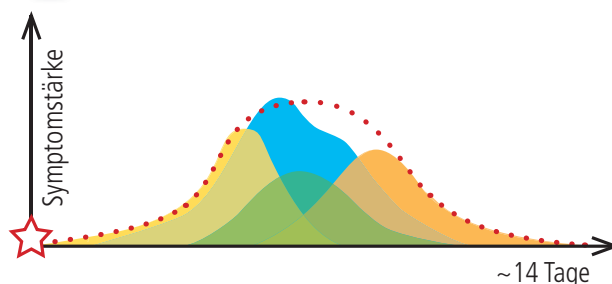
### Verlauf und Symptome eines grippalen Infekts

Ein grippaler Infekt verläuft nach einem typischen Ablaufmuster mit einer Anfangsphase, in der Symptome kaum zu spüren sind, einer mittleren Phase, in der die Beschwerden voll ausgeprägt sind, und einer Endphase. In dieser Zeit klingen die Beschwerden langsam ab und heilen aus (Abb.).

Ein paar Tage nach Beginn der Erkältung treten meist Halsschmerzen, Husten, Schnupfen, Kopf- und Gliederschmerzen auf. Die Augen tränen, die Nasenschleimhäute sind entzündet und schwellen an. Viele haben auch eine leicht erhöhte Körpertemperatur und sind in ihrer Leistungsfähigkeit beeinträchtigt.

## Verlauf eines grippalen Infekts

- ☆ = Virusinfektion
- = Halsschmerzen
- = Kopf- und Gliederschmerzen, erhöhte Temperatur
- = Husten
- = Schnupfen



In dieser Phase ist es wichtig, dem Körper Ruhe zu gönnen. Art und Ausprägung der Symptome können individuell sehr verschieden sein. Gripp-Heel kann diese Beschwerden lindern und die Ausheilung durch die Stärkung der Abwehrkräfte beschleunigen.

### Wie wirken die Bestandteile von Gripp-Heel?

Die einzelnen Bestandteile bewirken in der Kombination den symptomlindernden Effekt von Gripp-Heel: **Aconitum napellus** wird vor allem bei akuten Schleimhautentzündungen eingesetzt. Bei Fieber, Gliederschmerzen und Heiserkeit kommt **Eupatorium perfoliatum** zum Einsatz. **Lachesis** wird bei Kopfschmerzen, Schüttelfrost und Entzündung der Schleimhäute angewendet. **Bryonia** ergänzt das Wirkungsspektrum von Gripp-Heel mit der Beeinflussung von Kehlkopfentzündungen und Husten. Bei Erschöpfung ist **Phosphorus** unterstützend, das sich zusätzlich bei Entzündungen der Atemwege bewährt hat.

### Wie können Sie die Linderung und Ausheilung der Beschwerden unterstützen?

Zusätzlich zur Einnahme von Gripp-Heel können Sie mit verschiedenen Maßnahmen Ihre Genesung unterstützen:

- Gönnen Sie sich Ruhe. Oft braucht der Körper ein paar Tage Bettruhe, um gesund zu werden.
- Bei Halsschmerzen sind Salbeitee und heiße Zitrone sowie das Lutschen von Lakritzpastillen wohltuend.
- Ein Kamillen-Dampfbad ist angenehm bei Schnupfenbeschwerden.
- Trinken Sie mindestens zwei Liter Wasser oder (Kräuter-)Tee, das unterstützt den Abtransport des Sekrets aus den Atemwegen.
- Zwiebelsaft löst den Schleim und wirkt desinfizierend.
- Auch noch so begeisterte Sportler sollten während eines grippalen Infekts unbedingt eine Trainingspause einlegen. Eine zusätzliche Belastung des Organismus kann ernsthafte Erkrankungen nach sich ziehen, z. B. Bronchitis oder eine Entzündung des Herzmuskels.

\* Rabe A (2003) Der Allgemeinarzt 20: 1522–1523