

BILD

München, 10. Dezember 1974 • BILD • Seite 5

Ha-ha-ha-tschii- wir alle sind verschnupft

Ärzte geben Tips: So werden Sie bis Weihnachten wieder fit

grö. München, 10. Dezember

Halb München ist verschnupft. Hatschi — viele zehntausend Bürger können das beniesen. Schuld ist das wechselhafte Wetter mit den langen Regenfällen, mit Nebel und zu milden Temperaturen. Die Folge: Bei den Ärzten sind die Wartezimmer überfüllt, die Apotheken melden einen Riesenumsatz von Grippe-Tabletten.

Aber keine Angst: Wenn Sie den Rat erfahrener Ärzte befolgen, können Sie dieses scheußliche Grippewetter ohne Schaden überstehen und bis Weihnachten wieder fit sein.

Der Münchner Mediziner Dr. Hans-Peter Legal (36): „Beim ersten Anflug von Erkältung, wenn die Nase tropft und der Kopf brummt, dann sind Omars Hausre-

zepte immer noch das Beste.“

Der Arzt aus Bogenhausen warnt: „Nicht gleich zu Medikamenten greifen. Dann helfen sie bei fortgeschrittener Krankheit nicht mehr!“

Dafür empfiehlt er: „Nehmen Sie am Abend ein heißes Bad, dem Sie etwas Menthol zusetzen. Dann trinken Sie, wenn es Ihr Kreislauf

erlaubt, einen steifen Rum-Grog oder ein Glas heißen Zitronensaft. Lüften Sie das Schlafzimmer gut durch und schlafen Sie lange. Am Morgen trinken Sie dann ein Glas Saft aus ausgepreßten Orangen und Zitronen.“

Sein Rat: Bleiben Sie im Bett, wenn Sie Fieber haben. Viel Schlaf ist ein gutes Anti-Grippe-Mittel.

Weil die meisten Erkältungskrankheiten die Folge des Wechsels von warmen, oft zu warmen Räumen in das Niesel-Wetter draußen sind, rät der Arzt: „Sorgen Sie dafür, daß Sie trockene und warme Schuhe tragen und daß besonders die Arbeitsräume gut durchlüftet sind.“



Bayerischer Hof: Heino Schlagersänger; Alfred Weidenmann, Regisseur
Hilton: Paul Edwin Roth, Schauspieler; die Gruppe „Fiesta Filipina“ mit 30 Tänzern und Tänzerinnen aus Manila, darunter „Miss Philippines 1973“ Maria Elena Ojeda.
Hotel an der Oper: Lucia Popp, Obernängerin aus Köln; Karl Riederbusch, Opernsänger aus Düsseldorf.

Weniger Touristen in München

10. München, 10. 12.
So schlimm wie in Hamburg oder Berlin ist es nicht — aber auch die Kongreß-Stadt München hat im Sommer-Halbjahr ein Touristen-Minus gemacht: 3,3 Prozent. Selbst das gesamte Bayern verzeichnete weniger Feriengäste als 1973 — knapp 160 000 Übernachtungen. Dennoch sind die Fremdenverkehrs-Manager fürs nächste Jahr nicht ohne Hoffnung. Sie vertrauen darauf, daß immer mehr Deutsche Urlaub in der Heimat machen.