

Mund-, Nasen- und Rachenspülung mit mit Povidon-Iod (verdünntes Betadine®) bei Corona und anderen Luftwegsinfekten

(Dr. med. M. Gauger, 25.10.2021)

Es gibt Studienresultate¹, welche darauf hinweisen, dass mit regelmässigen Betadine®-Spülungen von Mund und Nase bei einer COVID-19-Infektion und anderen Luftwegsinfekten im Frühstadium die Viruslast drastisch verringert und damit der Krankheitsverlauf von vornherein sehr günstig beeinflusst werden kann. Im Rahmen unseres Frühbehandlungskonzeptes möchten wir Ihnen deswegen diese wenig aufwendige und kostengünstige Massnahme wärmstens empfehlen -

- bei möglicher Ansteckung (z.B. wenn jemand im gleichen Haushalt erkrankt ist)
- bei Krankheitsverdacht
- während den ersten 5 Tagen, nachdem Symptome begonnen haben.

Nebenwirkungen sind bei der Anwendung über einige Tage hinweg nicht zu befürchten. Bei einer bekannten vorbestehenden schweren Allergie auf Betadine® (Povidon-Iod), bei einer ausgeprägten Schilddrüsenüberfunktion sowie vor oder während einer Radiojodtherapie – alles sehr seltene Situationen- raten wir jedoch von der Anwendung ab, ebenso bei Kindern unter 6 Jahren, welchen meistens die Fähigkeit zum Gurgeln fehlt und somit die Gefahr des Verschluckens besteht.

Anwendung der Mund- und Nasenspülung

1. Etwa 0.5 dl lauwarmes Wasser in ein Trinkglas geben (= ¼ Trinkglas normaler Grösse = 6 Esslöffel)
2. 1 Teelöffel (= 3.5 ml) Betadinelösung standardisiert (10%) hineingeben und umrühren (ergibt ca. 0.5 – 1.0%ige Lösung).
(Anmerkung: Wenn Ihnen diese Konzentration zu «stark» erscheint («Brennen» auf den Schleimhäuten), dann bitte einfach etwas mehr verdünnen. Die Spülung wirkt trotzdem noch virusabtötend.)
3. **Gurgeln:** Nehmen sie einen tiefen Atemzug; dann einen grosszügigen „Schluck“ der Betadinelösung in den Mund nehmen. Beugen sie ihren Kopf nach hinten und atmen sie sanft durch die Flüssigkeit aus. – Anschliessend die Lösung noch im Mund behalten und „Spülen“. Danach Ausspeuzen. Nicht Schlucken. Gurgeln und Spülen zusammen während ca. ½ Minute.
4. **Nasenspülung:** Giessen Sie die Hälfte der Restflüssigkeit aus dem Glas in die Hohlhand und schnüffeln oder saugen Sie es vorsichtig in ein Nasenloch ein. Anschliessend über dem Waschbecken wieder ausschnauben. Genauso mit der anderen Nasenseite verfahren.

Alternativ können sie die Lösung in ein in Ihrem Haushalt vorhandenes oder von uns erhältliches Pipetten- oder in ein Nasensprayfläschli abfüllen und alle 4 Stunden bei zurückgeneigtem Kopf einige Tropfen in jedes Nasenloch tröpfeln, bzw. einen Sprühstoss in jedes Nasenloch spraysen. Einige Minuten lang den Kopf gekippt halten, danach abtropfen lassen. Nicht Schlucken.



¹ Stathis, C., Victoria, N., Loomis, K., Nguyen, S. A., Eggers, M., Septimus, E., & Safdar, N. (2021). Review of the use of nasal and oral antiseptics during a global pandemic. *Future microbiology*, 16(2), 119–130. Guenezan J, Garcia M, Strasters D, Jouselin C, Lévêque N, Frasca D, Mimoz O. Povidone Iodine Mouthwash, Gargle, and Nasal Spray to Reduce Nasopharyngeal Viral Load in Patients With COVID-19: A Randomized Clinical Trial. *JAMA Otolaryngol Head Neck Surg*. 2021 Apr 1;147(4):400-401. Hassandarvish P, Tiong V, Szalay AB, et al. Povidone iodine gargle and mouthwash. *British Dental Journal*. 2020 Jun;228(12):900; <https://c19pvpi.com/>