Maßnahmen gegen Angina (s. auch Hals / Heiserkeit):

Früchte gegen Angina:
Ananas, Mango, Orange, Papaya, Zitrone[1]

Zink gegen Halsschmerzen:
Öfter Halsschmerzen? Hier fehlt möglicherweise Zink, denn dieses Spurenelement beeinflußt praktisch alle Leistungen unseres Immunsystems positiv. Die weißen Blutkörperchen – unsere Körperpolizei – werden flott gemacht und es werden mehr Abwehrstoffe gebildet. Zink wirkt antiviral und erschwert Viren (z.B. Schnupfen- oder Herpesviren) den Einmarsch in den Körper.[2]

[1] Simonsohn, Heilkraft aus den Tropen, 320
[2] Döll, Die Kraft der Antioxidantien, 166f.