

Claudia Rupp - PKA

## DARMGESUNDHEIT

### OMNI BASIC STRESS REPAIR

Befinden wir uns in einer Stresssituation, setzt das Gehirn innerhalb von Millisekunden Neurotransmitter (Botenstoffe der Nervenzellen) und Stresshormone frei. Ist dies nur für eine kurze Phase der Fall, ist Stress nicht wirklich belastend. Bei langanhaltendem oder täglich wiederkehrendem Stress kommt es jedoch zu einer Erschöpfung

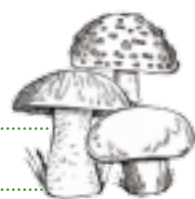
der notwendigen Stresshormone und der Körper reagiert mit Entzündung, die wir vor allem im Darmbereich spüren. In Folge kommt es zu physischen, psychischen und emotionalen Problemen wie Bluthochdruck, Depressionen, Angstgefühlen, Konzentrationsstörungen oder auch zu Burn out. Wissenschaftliche Untersuchungen haben nun gezeigt, dass die beste Therapie gegen Stress an ei-

*Anwendung:  
zur täglichen Einnahme  
kann im Bedarf auch kurzfristig  
eingenommen werden;  
(z.B. vor einer Prüfung)*

nem gut funktionierenden Darm liegt. Die direkte Funktionsachse zwischen Darm und Gehirn wird nämlich von unseren Darmbakterien beeinflusst und ist entscheidend dafür, ob wir Stress verarbeiten können, oder ob wir durch ihn krank und nervös werden. Eine der wichtigsten Erkenntnisse der Gehirnforschung war, dass

sinnig zu vermehren. Sie produzieren Stoffe, die das Wachstum unserer natürlichen Darmflora negativ beeinflussen und dadurch die Immunabwehr schwächen.

Um dem entgegen zu wirken empfehlen wir: Basische Ernährung (viel Gemüse, tierisches Eiweiß in Maßen), die Einnahme von Basenpulver oder Basenkapseln (Pure Encapsulati-



Claudia Rupp - PKA

## APOTEEKEN TIPP

### PILZ ERKRANKUNG

Bei Übersäuerung, die zur Entleerung der Darmflora führt, verändern sich auch harmlose Darmbewohner in gefährliche Gegner. So beheimatet zum Beispiel jeder Mensch Millionen von Candida Pilzen in seinem Darm, was völlig normal und keinerlei Grund zur Aufregung ist. Steigt aber der Säurepegel im Körper durch zu viel Zucker, Fast Food, Stress oder Medikamente zu stark an, beginnen die Candida Pilze sich wie wahn-



Stress nicht nur negative Auswirkungen auf den Darm hat, sondern dass der damit einhergehende Zustand unserer Verdauung und unserer Darmflora auch einen wesentlichen Einfluss auf unsere Stimmung hat.

Funktioniert unsere Verdauung nämlich schlecht, so brechen die sogenannten „Tight junctions“ (Zellkontakte, die durch Epithelzellen aneinander geheftet sind) auf, jene Membranproteine, die uns vor Giftstoffen, Krankheitserregern und Allergieauslösern schützen. Kurz darauf werden entzündungsfördernde Stoffe im Darm aktiviert, „schlechte“ Darmbakterien können sich ungehindert vermehren und wir fühlen uns miserabel.

Anwendung: **OMNi-BiOTiC®** Stress Repair wird einmal täglich – am besten morgens vor dem Frühstück – eingenommen und sorgt ab dem ersten Tag mit seiner hohen Zahl von 7,5 Milliarden probiotischen Bakterien dafür, dass eine wirksame Barriere gegen Stress aufgebaut wird.

on, Zell Basic von Adler Pharma) oder eine Darmsanierung (Omni Biotic, Mikronährstoffe und oder Mikrosan).

### IMPRESSUM

die apoteeke in teesdorf  
Wr. Neustädterstrasse 32b  
Mag. pharm. Gerda Kohlhauser KG  
Tel.: 02253 - 80 540  
Fax: 02253 - 80 540 DW 40  
office@apoteesdorf.at  
www.apoteesdorf.at  
UID: ATU 66325256  
Herausgeber: Apoteeke Teesdorf  
Verantwortlich für den Inhalt:  
Mag. pharm. Gerda Kohlhauser  
Grafisches Konzept & Layout: bildDesign  
Fotos: bildDesign & Allergosan, Adler Pharma  
Druck: Flyeralarm

Zugestellt durch die Österr. Post - INFO MAIL



# Bewusst{er}leben NEWS

JUNI 2016 / No 15

## WIR FÜR SIE!



### Liebe Kundinnen & Kunden!

Neben vielen Tipps in dieser Zeitung haben wir diesmal ein ganz besonderes Anliegen!

Wir wollen aktiv zum Umweltschutz beitragen, damit auch unsere Enkeln und Urenkeln noch die Chance haben, die schöne Natur, wie zum Beispiel den Strand auf obigem Bild, die Flora und Fauna, wie wir sie heute vor-

finden, erleben dürfen!

Daher heben wir seit Mai einen kleinen Unkostenbeitrag für die „Sackerln“ ein. Helfen Sie mit, die Müllberge zu reduzieren!

Für den Herbst dürfen wir Ihnen wieder eine Schwerpunktwoche ankündigen – diesmal zum Thema Schüssler-Salze. In der Woche vom 3. bis 8. Oktober bieten wir kostenlose Anlitzanalysen an

und wir haben Herrn Thomas Feichtinger von der Firma Adler Pharma zu einem Vortrag eingeladen. Bis dahin wünschen wir Ihnen einen schönen Sommer!

Ihr Team  
der Apoteeke Teesdorf

*viel mehr als eine Apoteeke!*

Heidi Hoeger - PKA

## SCHÜSSLER MINERALSTOFFE

### COUBEVEN CREME

*Bademode, kurze Hosen oder luftige Sommerkleider lassen unsere Beine zum Vorschein kommen. Sie haben ganz vergessen, dass sich darauf Besenreiser ausgebreitet haben? Dann ist CouBeVen genau das Richtige!*



Durch die regelmäßige Pflege mit dieser einzigartigen Mineralstoffcreme werden die Beine wieder fit für den Alltag. Eine besonders gut hautpflegende Salbengrundlage, aus Olivenöl gewonnen, pflegt die Haut hervorragend und sorgt dafür, dass die Mineralstoffe ihre Wirkung entfalten können.

Durch die konsequente Anwendung werden Besenreiser aufgehellt und verschwinden nach und nach. Auch angestrenzte Beine, wie wir es im Sommer vor allem bei extremer Hitze kennen, werden es Ihnen danken, wenn sie mit CouBeVen verwöhnt werden. Die CouBeVen Mineralstoffcreme mindestens 2 x täglich gut einmassieren.

### BASECARE MINERALSTOFF- BAD

*Schöne Füße... der Sommer kommt, und wir möchten unsere schönen Beine & Füße wieder herzeigen, ob in Flip Flops, oder barfuß... doch der Winter hat auch hier seine Spuren hinterlassen und wir haben sie etwas vernachlässigt.*

Die Basischen Fußbäder mit dem BaseCare Mineralstoffbad regulieren den pH-Wert der Haut und

*Dosierung für Fußbad:  
zwei bis dreimal wöchentlich,  
empfohlene Badedauer 30 Minuten bis  
1 Stunde - 1EL BaseCare*

stärken somit die natürliche Hautbarriere - daher hat Fußpilz keine Chance, weiters kann das BaseCare Mineralstoffbad bei Fußschweiß, Juckreiz, Ausschläge, Krampfadern, Gichtzehen und rheumatischen Beschwerden in den Fußgelenken eingesetzt werden.

Die ideale Wassertemperatur liegt bei 37°- 38°C, damit die Schadstoffe, die wir im Körper eingelagert haben, über die Haut ausgeleitet werden können.

Das ist ein wichtiger Vorgang um unsere Füße sommerfit zu machen, denn nur wenn unser Körper frei von Belastungen ist, ist er wieder bereit, sich mit Cremes oder sonstigen Mittelchen verwöhnen zu lassen.



Sabine Reichlmayer - PKA

## AROMATHERAPIE

### HAND & FUSS BALSAM

*Endlich kommt die warme Jahreszeit und wir möchten wieder unser Füße zeigen. Die neueste Kreation der Apotheke Teesdorf ist ein Balsam für weiche Hände und Füße.*



Als Basis für den Hand & Fuss Balsam geht die Schüssler Mineralstoff Salbe Nr. 1 Calcium fluoratum gegen raue, feuchtigkeitsarme und rissige Haut vor. Dieser Mineralstoff ist wichtig für die Elastizität und sorgt für glatte und weiche Haut an Händen und Füßen sowie an verhornten Körperstellen.

Die Mineralstoff Salbe Nr. 8 Natrium chloratum, soll den Feuchtigkeitsverlust ausgleichen und beugt so neuerlicher Austrocknung vor.

*Anwendung:  
2-3 x täglich auftragen,  
kann auch für den Körper  
verwendet werden -  
Vorsicht Suchtgefahr!*

Kokosöl duftet herrlich exotisch, eignet sich speziell für trockene und aufgesprungene Hautstellen und macht diese wieder elastischer. Mit diesen feinen ätherischen Ölen: Vetiver – baut die Haut wieder auf, und wirkt sehr pflegend und



erdend. Bergamotte – gibt unseren Hand & Fuss Balsam eine frische Duftnote und besitzt eine desodorierende, epithelisierende und ausgleichende Wirkung. Benzoe Siam – ein kuscheliger Duft, der an Schokolade oder Vanille erinnert, hemmt Entzündungen, ist antiseptisch und hervorragend bei trockener und spröder Haut. Und das Beste zum Schluss – Massoiarinde – dieser Duft lässt uns von Strand und Meer träumen, dort wo wir unsere samtig weichen Füße in den Sand stecken wollen...

Mag. pharm. Andrea Gavanelli

## AROMATHERAPIE

### FUSSPILZ SPRAY



*Trockene schuppige Haut vor allem an den Fußsohlen, Rötung oder Juckreiz besonders zwischen den Zehen, in wei-*

*terer Folge Brennen und Bläschenbildung sind Anzeichen einer Infektion mit Fußpilz (Mykose).*

Auslöser sind Dermatophyten, Fadenpilze, die sich auf der Haut dann ausbreiten, wenn das Milieu passt: wenn es warm und feucht ist. Daher tritt Fußpilz anfangs häufig zwischen den Zehen auf, und betrifft Personengruppen, die geschlossene

*mehrmals täglich aufsprühen,  
antrocknen lassen bevor sie in die Socken oder Schuhe schlüpfen!*

Schuhe tragen (müssen), in denen sie leicht schwitzen.

Der Fußpilz Spray der Apotheke ist eine Mischung aus ätherischen Ölen, um einerseits einer Infektion vorzubeugen, andererseits um bei bestehender Mykose das Abheilen zu unterstützen.

Vor allem ätherisches Palmarosaöl, aus den Blättern und Blüten des tropischen Palmarosa-Grases gewonnen, wirkt stark pilzhemmend.

Ebenfalls antimykotisch wirken Teebaumöl und Lavendelöl. Lemongrassöl und das ätherische Öl des Zitroneneukalyptus verleihen unserem Fußpilz Spray eine frische Duftnote, wirken aber auch keimhemmend. Als Basis dient Pfefferminzhydrolat – dadurch wirkt der Fußpilz Spray auch wunderbar kühlend und erfrischend.

Der Fußpilz Spray kann mehrmals täglich auf die Füße gesprüht werden. Wichtig: Antrocknen lassen, bevor Sie in die Socken oder Schuhe schlüpfen!

Falls Sie Ihre Schuhe mitbehandeln wollen, was unbedingt wichtig wäre, sprühen Sie diese mit dem Fußpilz Spray abends ein und lassen Sie sie über Nacht trocknen.

Ich wünsche Ihnen und Ihren Füßen einen schönen Sommer!

Mag. pharm Gerda Kohlhauser

## NAGELPFLEGE

### NAILNER NAGELPILZ

*Ca. 10 bis 20% der Bevölkerung leiden an Nagelmykosen, verursacht durch verschiedene Pilzarten, die zum Beispiel durch Verletzungen des Nagels oder der Umgebung in den Nagel eindringen und sich dort vermehren.*

Die Nährstoffe dazu holt sich der Pilz aus den Nagelbausteinen, wodurch es zur Verdickung, Verformung und Verfärbung und schließlich zum Ablösen des Nagels kommt.

Die hauptsächlich auf Milchsäure basierenden Inhaltsstoffe von Nailner dringen in den Nagel ein und verändern dessen pH-Wert,

wodurch das weitere Wachstum des Pilzes verhindert wird. Lavendel und Zypressenöl wirken zusätzlich desinfizierend und pflegend. Die Anwendung von Nailner ist auch in Schwangerschaft und Stillzeit und zur Vorbeugung möglich. (Zum Beispiel bei starker Belastung durch Sport, bei schlechter Durchblutung oder starkem Schwitzen).

*Ein Nailner Nagelpilzstift  
reicht für ca 300 Anwendungen.*

Zur Behandlung trägt man die Lösung auf die gesamte saubere und trockene Nagelfläche auf und lässt sie 1-2 Minuten einziehen.

In den ersten 4 Wochen sind zur Sättigung des Nagels 2 Anwendungen pro Tag empfohlen, danach einmal täglich, bis der Nagel komplett neu nachgewachsen ist. Das kann je nach Schwere des Befalls zum Beispiel am Zehennagel bis zu einem Jahr dauern. Wichtig dabei ist die

konsequente und regelmäßige Anwendung! Vorbeugend wird die Lösung einmal täglich aufgetragen.

Der Nailnerstift ist auch in einer preisgünstigen Doppelpackung erhältlich!

