

Mag. pharm. Gerda Kohlhauser

NÄHRSTOFFE

SUPERIMMUN D3



**Gutschein
!2!Euro**
beim Kauf eines
Superimmun D3
PowerNektar
oder einer
60 Stk Pkg! Kapseln

Gerade
in der kal-
ten Jahreszeit
mit dem vermehrten Aufenthalt in
geschlossenen Räumen, oft auch in

Verbindung mit Stress, ist unser Immunsystem sehr gefordert. Superimmun D3 enthält drei wichtige Säulen zur Unterstützung der körpereigenen Immunabwehr!

Vitamin C unterstützt die Schleimhautbarriere und stimuliert die Abwehrreaktion unseres Körpers. Die bei dieser Arbeit freierwerdenen schädlichen Radikale werden durch Vitamin C neutralisiert. Es dient daher dem Zellschutz und ist in den Superimmun D3 Kapseln als Langzeit-Depot enthalten, wird also über den Tag verteilt abgegeben.

Zink verkürzt die Infektionsdauer und mildert die Erkältungssymptome. Es hat eine direkte antivirale Wirkung und unterstützt das Immunsystem. Es ist ein ganz wichtiges Spurenelement für den Stoffwechsel in unseren Zellen.

Eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D ist gerade in der dunklen Jahreszeit sehr wichtig. Es aktiviert und reguliert die körpereigenen Abwehrkräfte und hat eine besonders gute Wirkung auf die

Atemwege. Daher wird die Einnahme zur Vorbeugung, aber auch während eines grippalen Infekts empfohlen.

Superimmun D3 gibt es in Kapselform für Erwachsene, da nimmt man 1 Kapsel täglich, oder als „Power Nektar“ für Kinder ab 2 Jahren und Erwachsene (10 ml bis zum Alter von 8 Jahren, für ältere Kinder und Erwachsene sind 20 ml empfohlen).

Der Power Nektar enthält natürliches Vitamin C aus der Acerolakirsche und zusätzlich Manuka Honig und Propolis zur Stärkung des Immunsystems auf natürliche Weise mit der Kraft der Biene.



Apoteeken-Team

APOTEEKEN TIPP

TOPFENWICKEL bei HUSTEN

Ein altes Hausmittel, das schon unsere Großmütter gerne angewendet haben, ist der Topfenwickel. Leicht anzuwenden und für Groß und Klein geeignet (Vorsicht bei Kuhmilchallergikern und Neurodermitikern!) kann ein Topfenwickel bei Husten, Heiserkeit, Bronchitis Linderung bringen.

Dafür Topfen (1-2 Becher) im Wasserbad auf Körpertemperatur erwärmen. 1-2 Tropfen ätherisches Öl (Myrte Anden, Thymian



Linalool) unterrühren. Den Topfen auf ein Baumwolltuch streichen, das so groß ist, dass die gesamte Brust bedeckt ist.

Eventuell zwischen zwei Wärmeflaschen warm halten. Auf die Brust auflegen, mit einem warmen Tuch (Schal, Heilwolle) abdecken und bei Bedarf zusätzlich mit einer Wärmeflasche oder einem Kirschkernkissen bedecken.

Der Topfenwickel kann bis zu zwei Stunden am Körper bleiben, sobald er als kalt empfunden wird, bitte abnehmen.

Der Wickel, mit entsprechenden

IMPRESSUM

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

ätherischen Ölen, kann bei Halsschmerzen auch um den Hals aufgetragen werden.

Zugestellt durch die Österr. Post - INFO MAIL

die apoteeke
in teesdorf

Bewusst(er)leben NEWS

DEZEMBER 2016 / No 17

WIR FÜR SIE!



Liebe Kundinnen & Kunden!

Eine kompetente Beratung ist uns wichtig! Die Voraussetzung dafür ist eine regelmäßige Auffrischung und Erweiterung unseres Fachwissens. Deshalb besuchen alle Mitarbeiterinnen der „apoteeke“ mit großem Interesse laufend Seminare und Fortbildungsveranstaltungen – häufig auch in der Freizeit, am Abend und an Wochenenden!

In jüngster Zeit haben wir alle die Ausbildung zum Berater für Darmgesundheit gemacht und

die verschiedensten Seminare der Nährstoffakademie Salzburg besucht. Einige Kolleginnen haben Ausbildungen zum Aromacoach und –praktiker und für Wund- und Medikationsmanagement absolviert. Aber auch zu den Themen Schüssler-Salze, australische Bushblüten, Bachblüten, Aura-Soma, Rostock-Essenzen, sowie Räuchern und Phytotherapie verfolgen wir die ständigen Neuigkeiten und besuchen gerne die angebotenen Fortbildungen, damit wir Sie bestmöglich in Ihren gesundheitlichen Belangen

unterstützen können! Wir wünschen Ihnen eine beschauliche Adventzeit und frohe Weihnachten!

Ihr Team
der apoteeke in teesdorf



viel mehr als eine Apoteeke!

Mag. pharm. Andrea Gavanelli

DARMGESUNDHEIT

OMNI-BIOTIC FLORA plus+

... das jüngste Produkt aus der Omni-Biotic Familie!

Die natürliche Vaginalflora besteht zum Großteil aus Laktobazillen, die einen Schutz gegen fremde Keime bieten. Der pH-Wert liegt im sauren Bereich, was den gesunden Bakterien zu Gute kommt, den pathogenen (schädlichen) Keimen dagegen das Leben erschwert.

Antibiotika, hormonelle Veränderungen z.B. in den Wechseljahren aber auch übermäßige Hygiene können bewirken, dass die Zahl der Laktobazillen abnimmt und der pH-Wert steigt. Pathogene Keime wie Candida-Arten oder E. coli können überhand nehmen: Juckreiz, un-

angenehm riechender Ausfluss und Brennen sind die Symptome einer Infektion im Vaginalbereich. Durch Stärkung der gesunden Bakterienflora im Scheidenbereich mithilfe von **OMNI-BIOTIC FLORA plus+** können schädliche Keime wieder verdrängt werden, die Beschwerden lassen nach. Auch prophylaktisch kann mit **OMNI-BIOTIC FLORA plus+** die Scheidenflora gestärkt und stabil gegen Eindringlinge werden. Die zugeführten Laktobazillen (4 verschiedene natürliche

OMNI-BIOTIC FLORA plus+ wird 1-2mal täglich eingenommen. Das Granulat wird in Wasser eingerührt und kann nach etwa 1 Minute Aktivierungszeit

getrunken werden. (Stämme) führen wieder zu einem physiologischen Gleichgewicht der Bakterienflora.

Durch die orale Aufnahme (über den Mund) wird einerseits der natürliche Weg der Bakterienaufnahme nachgeahmt, andererseits wird

eine zusätzliche Reizung der Vaginalschleimhaut durch Vaginalkapseln oder Zäpfchen und das Einschleppen von pathogenen Keimen über die Finger vermieden. **OMNI-BIOTIC FLORA plus+** ist für Frauen jedes Alters geeignet, bietet sich auch in der Schwangerschaft und Stillzeit als natürliche Unterstützung bei vaginalen Infektionen an und kann bei Bedarf auch bei Kindern angewendet werden. **OMNI-BIOTIC FLORA plus+** - Laktobazillen für die Prophylaxe und zur begleitenden Therapie bei vaginalen Infektionen!

Wir beraten Sie gern in Ihrer Apotheke.



Sabine Reichlmayer - PKA

AROMATHERAPIE

ÄTHERISCHE ÖLE in der VER- KÜHLUNGSZEIT

Die kalte Jahreszeit beginnt und mit ihr auch die Aromazeit, leider auch die Verkühlungszeit.

Deshalb möchte ich diesmal einige ätherische Öle vorstellen, welche her-

vorragend bei Husten, Schnupfen und Co eingesetzt werden können.

Achten Sie bei Verwendung der ätherischen Öle, dass sie 100% naturrein sind und nicht synthetisch (wirkunglos und/oder schädlich)! Die Gewinnung der pflanzlichen Inhaltsstoffe erfolgt meist durch Wasserdampfdestillation aus unterschiedlichen Pflanzen.

Halsbeschwerden...Kratzen im Hals oder Schluckbeschwerden sind meis-

meine Empfehlung, als Duftmischung gegen Viren sind... **Weißtanne, Myrte Anden und Grapefruit**, ein Dufttraum.

tens die ersten Vorboten einer Erkältung. Hier können Sie mit einer Inhalation mit **Cajeput** und **Teebaum** gleich eingreifen. Bei Heiserkeit würde ich **Myrrhe** und **Eukalyptus citriodora** empfehlen. Dosierempfehlung: je 2 Tropfen auf 2 Liter heißes Wasser.

Ein Tipp für kleine Kinder und Schwangere ist unser **Rosenwasser** von **Wadi**, mehrmals täglich in den Hals sprühen.

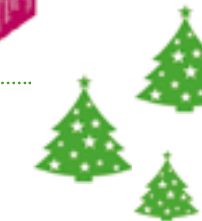
Bei Schnupfen...jeder Art, kann **Myrte Anden, Eukalyptus** (div. Sorten) und **Zirbelkiefer** für die Duftlampe verwendet werden, für die Kindervariante ab 6 Jahre, würde ich **Niaouli** und **Speiklavendel** empfehlen, da etwas milder.

Bei Stirn- und Nasennebenhöhlenentzündungen (für Erwachsene) empfehle ich **Eukalyptus radiata, Lavendel** und **Pfefferminze** je 3 Tropfen in die Duftlampe oder in 20ml Basisöl mischen und mehrmals täglich Stirne, Schläfen und Nase einreiben.

Bronchitis... Für Kinder (ab 6 Jahre) empfehle ich **Anis, Ravintsara, Thymian Linalool** und für Erwachsene: **Myrte Anden, Eukalyptus globulus** und **radiata, Latschenkiefer, Teebaum, Thymian Thymol** und **Zimtrinde**.

Für COPD-Patienten können folgende Öle für die Duftlampe verwendet werden: **Pfefferminze, Weißtanne, Zitrone** und **Thymian**...

All diese Öle können zum Inhalieren, als Einreibung, als Brustwickel,



Mag. pharm. Katrin Rosenberger

HOMÖOPATHIE

GRIPP-HEEL®

Der Wind braust eisig um unsere Ohren, die Tage werden immer kürzer und die kalte Jahreszeit hat Einzug gehalten. Damit geben leider oft Erkältungen und grippale Infekte einher, doch mit homöopathischen Komplexmitteln kann rasch Abhilfe geschaffen werden.

Als Pharmazeutin und Mutter bin ich von der Wirkung der Homöopathie überzeugt, nicht nur weil diese Therapieform seit Jahrhunderten erfolgreich Anwendung findet, sondern auch weil ich selbst nur die besten Erfahrungen damit gemacht habe.

Sollte Sie eine Erkältungskrankheit mit Halsweh, Husten oder Schnupfen wieder einmal plagen, empfehle ich Ihnen **Gripp-Heel® Tabletten**.

Als homöopathisches Komplexmittel enthalten die Tabletten die hochwirksame Substanz **Aconitum napellus** (auch als blauer Eisenhut bekannt), die sowohl akute Entzündungen als auch Fieberzustände mit Schüttelfrost bekämpft. Weitere Bestandteile sind **Bryonia cretica** (rotbeerrige Zaunrübe) und **Eupatorium perfoliatum** (durchwachsender Was-



serhanf), die bei Atembeschwerden mit trockenem, schmerzhaftem Krampfhusten und damit einhergehenden Gliederschmerzen indiziert sind. Die Wirkstoffe **Lachesis mu-**

Claudia Rupp - PKA

AURA SOMA

SMARAGD- GRÜNER POMANDER

IMMUNSTÄRKUNG und bei HUSTEN!

Der smaragdgrüne Pomander duftet herrlich nach Wald und Nadelbäumen, da seine Inhaltsstoffe unter anderem die ätherischen Öle von Kiefer und Rosmarin sind. Weiters beinhaltet der Pomander Edelsteinenergien von **Jade, Malachit, Moldavit** und **Smaragd**.

Die wertvollen Inhaltsstoffe haben eine beruhigende, zentrierende und ausgleichende Wirkung auf die Atemwege.



tus (Buschmeister) und **Phosphorus** decken in diesem Kombinationspräparat die meist trockensten Schleimhäute, beginnende Halsbeschwerden, Schluckbeschwerden und Kehlkopfentzündungen ab. **Gripp-Heel® Tabletten** sind sowohl für Erwachsene als auch für Kinder bestens geeignet und haben keine bekannten Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten.

Sollten Sie allerdings an immer wiederkehrenden Mandelentzündungen mit stark geschwollenen Lymphknoten leiden, nehmen Sie **Lymphomyosot®**.

Dieses Komplexmittel besteht aus einer Vielzahl homöopathischer Wirkstoffe, welche die natürliche Lymphdrainage fördern und Lymphdrüsenanschwellungen reduzieren. **Lymphomyosot®** ist in Tropfen- und Tablettenform erhältlich.

Über die genaue Einnahme der entsprechenden Arzneiform berate und informiere ich Sie gerne bei einem persönlichen Gespräch.

Deshalb ist der **smaragdgrüne Pomander** ein gutes Hilfsmittel, wenn es darum geht sanft die Lunge und das Immunsystem zu stärken.

Er wirkt auch harmonisierend und bringt uns wieder ins Gleichgewicht. Wir erkennen, dass wir Altes gehen lassen müssen, um Raum

Anwendung: 3-5 Tropfen in der Hand verteilen und im Brustbereich auftragen oder ins Badewasser geben.

zu schaffen, damit Neues Platz hat. In der Natur besteht ständiges Wachstum, egal wie sehr sie beschädigt wird, sie regeneriert sich und lässt wieder Neues entstehen. Grün vermittelt Hoffnung, spricht unser Herzzentrum an und unterstützt uns dabei Verletzungen, die unser Herz bedrücken, loszulassen und uns für neue schöne Erfahrungen zu öffnen.

Auch als Räumspray erhältlich.

