

ZEITSCHRIFT *Gesundheit, Schönheit*
und Wohlbefinden RATGEBER

25
Jahre
Communis

vitamag



Nr. 99 HALBJÄHRLICHE ERSCHEINUNG IN 3 SPRACHEN
WWW.VITAMAG.CH SEIT 1994 

Nicht nur für
die Blutgerinnung ...

Den Schnupfen
bekämpfen

Ein Geschenk
der Natur
gegen
Erkältungen

HERBST – WINTER 2019 – 2020

Flector Plus

Kleben statt Einreiben.



Ein Pflaster für 24 Stunden.

www.flectorplustissugel.ch

Formula
Plus



Bekämpft Schmerzen und Entzündungen bei Verstauchungen, Zerrungen und Prellungen mit Schwellungen und Blutergüssen.

- Nur 1x anstatt 2x pro Tag!
- Dringt tief in das entzündete Gewebe ein.
- Einfach und sauber anzuwenden.
- Jede Packung enthält zwei elastische Fixationsstrümpfe.

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel. Lassen Sie sich von einer Fachperson beraten und lesen Sie die Packungsbeilage.

IBSA Institut Biochimique SA, Headquarters and Marketing Operations
Via del Piano 29, CH-6926 Montagnola, www.ibsa.swiss



EDITORIAL

Une cloche sonne, sonne ...

Wie im Lied von Jean Villard Gilles, gesungen von Edith Piaf «Les Trois Cloches» klingen bei uns die Glocken. Anders als bei Piaf geht es hier aber nicht um eine Geburt und noch viel weniger um ein Begräbnis, sondern um eine Stabsübergabe.

Vor 25 Jahren habe ich vitamag® mit der wertvollen Unterstützung von Rita Ducret-Costa gegründet. Die Zeit verging schnell, viel zu schnell. Es war eine gute Erfahrung, darüber hinaus aber auch ein tolles zwischenmenschliches Erlebnis.

Doch die Glocken klingen und läuten den Wandel ein ... Ab der ersten Ausgabe 2020 (s. S. 8) ist die Firma Verticalizer neue Herausgeberin und Eigentümerin von vitamag®.

Rita Ducret-Costa bleibt ihrer Funktion als Chefredaktorin und Lektorin treu.

Ein grosses Dankeschön an Sie, unsere Leserschaft und Partner, für Ihr Vertrauen, das Sie bitte auch dem neuen Herausgeber schenken mögen. Dank gilt aber auch meinen Mitarbeitenden sowie meiner Chefredaktorin Rita Ducret-Costa.

Zu klingenden Glocken sage ich Adieu.

Ihr Serge C. Ducret, Gründer vitamag®

INHALT

THEMEN

- 4| IMMUNABWEHR
- 6| NASENSPRAYS
- 10| ERKÄLTUNGSKRANKHEITEN
- 14| VITAMIN K



UNTER DER LUPE

- 5| Eines der wichtigsten Spurenelemente



REDAKTOREN

Unsere Artikel sind vollständig von Apothekern, Drogisten und Gesundheitsfachleuten verfasst. An der Ausgabe mitgearbeitet haben: Rita Ducret-Costa, Apothekerin, redaktionelle und wissenschaftliche Supervision; Serge C. Ducret, Herausgeber. Unsere unabhängige Redaktion setzt sich aus Apothekern, Drogistinnen, Ärzten und Ärztinnen sowie Bildungs- und Coaching-Fachpersonen zusammen. Sämtliche Artikel werden von den Autorinnen bzw. Autoren unterzeichnet. Werbung wird gesondert abgedruckt und durch den Zusatz «Werbung» oder «Publi-Information» gekennzeichnet.

IMPRESSUM

vitamag® Verleger: Les ateliers de la presse Sàrl. Geschäftsführer: Serge C. Ducret. Redaktionelle und wissenschaftliche Supervision: Rita Ducret-Costa, auf Ernährungswissenschaft spezialisierte Apothekerin und Homöopathin. Backoffice Manager: Chantal Perroud. Sachbearbeiterin: Claudia Bürgisser. Graphische Gestaltung: Natalya Davydova. Konzept und Anzeigenverwaltung: Communis Sàrl – Healthcare Media Concept, 1752 Villars-sur-Glâne, Tel. 026 409 77 10, E-Mail: info@communis.ch. Verteilung: Apotheken, Drogerien, Arztpraxen, Spitäler, Thermalzentren, Kurhäuser und Fitnesscenter + andere mehr. ISSN 1664-7173. Druck: MTL SA. Gesamtauflage 2018 (durch den Notar kontrolliert): 150 000 Ex. (D+F+I).
© Die vollständige und teilweise Wiedergabe der Print- oder Onlineversion ohne Einwilligung des Herausgebers ist verboten und gesetzeswidrig. Kopien und Adaptationen aller Art sind ebenfalls unzulässig.

www.vitamag.ch

gedruckt in der
schweiz



Plasmolysierte Kräuterhefe – ein Booster für unsere Abwehrkräfte

Der Winter naht und mit ihm manch graue Woche, die aufs Gemüt drücken kann. Besonders an kalten Tagen gilt es, sich gegen Erkältungsviren zu wappnen.

Unabhängig von der Jahreszeit setzen uns Stress und psychische Belastung zu, weil sie unserem Körper wichtige Vitalstoffe (z. B. Vitamin B, Vitamin C, Magnesium und Zink) entziehen. Auch für Sportler, die intensiv trainieren, besteht ein beträchtliches Risiko für ein geschwächtes Immunsystem, da gesteigertes Training den Nährstoffbedarf erhöht.



Ein Zinkmangel führt stets zu erhöhter Infektanfälligkeit.

Wertvolle Unterstützung durch Kräuterhefe

Unter den verschiedenen Hefearten nimmt die plasmolysierte Kräuterhefe einen besonderen Platz ein. Im einzigartigen Strath-Verfahren werden natürliche Primär-Hefezellen mit über 50 Kräuterextrakten kombiniert. Diese werden von den Hefezellen aufgenommen und verstoffwechselt. Anschliessend werden die Zellen mittels eines Gärverfahrens plasmolysiert. Dabei zerplatzen die Zellmembranen, so dass die in der Zelle

enthaltenen Vitalstoffe schnell verfügbar werden und vom Körper leicht aufgenommen werden können. Zu ihnen gehören 11 Vitamine (insbesondere aus der B-Gruppe), 19 Mineralien und Spurenelemente sowie 20 Aminosäuren (inkl. der 8 essentiellen, die der Körper nicht selber produzieren kann). Kräuterhefe stärkt die natürlichen Abwehrkräfte und verbessert die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit sowie die Stressresistenz. Sie erhöht die Konzentrationsfähigkeit und unterstützt das Gedächtnis.

Eine aktuelle Studie¹ hat zudem belegt, dass plasmolysierte Kräuterhefe die Bioverfügbarkeit mehrerer Vitalstoffe, einschliesslich Zink und Magnesium, um ein Vielfaches verbessert. Die Ergebnisse weisen darauf hin, dass plasmolysierte Kräuterhefe auch die Aufnahme von Vitalstoffen, die durch eine ausgewogene Ernährung zugeführt werden, optimiert.

Der Nutzen von Zink ...

Zink ist an Dutzenden von Körperfunktionen beteiligt. Seine Haupteigenschaft ist seine bemerkenswerte immunstimulierende Wirkung. Zink unterdrückt insbesondere die Wirkung von Schnupfenviren und befreit die Atemwege.

... und Magnesium

Magnesium ist hauptsächlich am Energiestoffwechsel beteiligt und stellt die einwandfreie Funktion des Nervensystems sicher. Dies ist umso wichtiger, als strapazierte Nerven das Immunsystem zusätzlich schwächen.

Ob Winter oder Sommer, eine ausgewogene Ernährung, viel Bewegung an

UNTER DER LUPE



Eines der wichtigsten Spurenelemente

Im Jahr 817 entdeckt auf Grund seiner Giftigkeit, weiss man heute, dass Selen sehr wichtige, wohltuende Eigenschaften aufweist, obwohl es in hohen Dosen giftig bleibt.

Die drei wichtigsten Wirkungen von Selen sind folgende:

- als Bestandteil des Glutathion-Peroxidase-Enzyms ist es eines der wirksamsten Alterungsschutzmittel (Antioxidantien). Es bekämpft alle mit oxidativen Degenerationskrankheiten verbundenen Erscheinungen (grauer Star, Arthrose, Arteriosklerose, vorzeitige Alterung usw.).
 - es stimuliert, unter anderem, die Herstellung von Antikörpern und somit das Immunsystem
 - es aktiviert die Schilddrüsenhormone, somit kann ein Selen-Mangel eine Schilddrüsenunterfunktion verursachen
- Der Selen-Gehalt in der Nahrung hängt von der Menge dieser Spurenelemente im Boden ab. Die Schweiz gehört jedoch zu den Ländern, die arm an Selen sind, ebenso wie Skandinavien, Zentraleuropa, Neuseeland usw.



der frischen Luft und genügend Schlaf begünstigen eine starke Abwehrkraft. ■

¹ Engelhart-Jentzsch K. et al., plasmolysierte Kräuterhefe verbessert die Bioverfügbarkeit von Mikronährstoffen; eine In-vitro-Studie mit der Verwendung von Caco-2-Darmepithelzellen, Agro FOOD Industry Hi Tech – vol. 29 (2) März/ April 2018



Rita Ducret-Costa
www.vitamag.ch

GOTOWEB

Mehr zum Klimawandel und Selen:



Vorkommen

Die an Selen reichsten Nahrungsmittel sind Hering, Thunfisch, Sardinen, Kalbsleber, Sojabohnen und Vollkornbrot.

Als Bestandteil des Glutathion-Peroxidase-Enzyms ist Selen eines der wichtigsten Antioxidationsmittel. Es bekämpft alle mit oxidativen Degenerationskrankheiten verbundenen Erscheinungen (grauer Star, Arthrose, Arteriosklerose, vorzeitige Alterung usw.).

Mangelernährung und ihre Ursachen

Mögliche Folgen sind: zunehmendes Risiko für Krebserkrankung, Schwächung des Immunsystems, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Muskelschwäche. Ursachen: ungenügende Nahrungszufuhr, Erkrankungen des Magen-Darm-Traktes, giftige Schwermetallbelastung. ■



Rita Ducret-Costa
www.vitamag.ch



Den Schnupfen bekämpfen

Der Herbst ist wieder da – mit kurzen, grauen Tagen, die uns einen Mangel an Vitamin D bescheren, diesem unentbehrlichen Immunstimulans. Dazu kommen unzählige Rhinoviren, die es auf unsere Atemschleimhäute abgesehen haben.

Präventive Massnahmen

- Nahrungsergänzungen und gewisse Pflanzen bieten wertvolle Unterstützung. Bewährt haben sich Multivitamin- und Multimineralstoffkomplexe, Aminosäuren, plasmolyisierte pflanzliche Hefe, Echinacea, Knoblauch usw.
- Eine konsequente Handhygiene ist unabdingbar, da Rhinoviren über die Hände übertragen werden, ebenso wie Speicheltröpfchen beim Sprechen oder Niesen.
- Weitere wirksame Massnahmen sind das Lüften von Wohnräumen, die Befeuchtung der Umgebungsluft sowie das Spülen der Nase mit einer physiologischen Lösung, um die Atemschleimhaut zu befeuchten.
- Um die Ansteckungsgefahr zu minimieren, sollten Nasentropfen und Nasensprays nicht innerhalb der Familie weitergegeben werden. Jedes Familienmitglied soll sein eigenes Produkt zur Hand haben.

Lindernde Massnahmen

Nicht immer ist es möglich, einen Schnupfen zu vermeiden – ihn zu behandeln, hingegen schon. Eine ideale Ergänzung zu relativ hoch dosierten Präparaten mit Vitamin C und Zink

sowie Echinacea sind gefässverengende Präparate, Fumigationen, das Auftragen einer wärmenden Salbe oder Bäder mit ätherischen Ölen.

In jeder Hausapotheke unerlässlich

Schnell und langanhaltend wird die Nase frei durch ein topisch (d. h. lokal) angewendetes gefässverengendes Präparat in Form von Tropfen, Spray oder Gel. Zum Beispiel wirkt Oxymetazolin bereits nach 1 Minute und während 12 Stunden. Solche Präparate für die Nase lindern nicht nur die Schnupfensymptome, sondern helfen auch, anderen Atemwegserkrankungen

vorzubeugen. Wenn sie am Abend angewendet werden, verhindern sie das Hinunterlaufen von Schleim in den Rachen – und verhindern somit einen nächtlichen Hustenreflex und Halsschmerzen beim Aufwachen.

Kurzzeitige Anwendung

Diese Nasenprodukte sollten ohne ärztliche Rücksprache nicht länger als eine Woche angewandt werden. Bei längerem Gebrauch können diese Medikamente zu einer Gewöhnung führen, zudem können sie eine trockene Rhinitis mit Krustenbildung und Atemschwierigkeiten auslösen. ■



Bei einer verstopften Nase übernimmt der Mund die Atmung, er kann aber die eingeatmete Luft nicht befeuchten. Die Mundatmung reizt deshalb den Kehlkopf und die Bronchien und trocknet sie aus.



Rita Ducret-Costa

www.vitamag.ch



«Männerschnupfen?»
Verkürzen Sie das Drama.

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel. Lesen Sie die Packungsbeilage. Erhältlich in Apotheken und Drogerien. Iromedica AG, St. Gallen.



Information für unsere Leserschaft

Vor 25 Jahren haben wir einen redaktionell hochwertigen Magazin-Ratgeber zum Thema Gesundheit, Schönheit & Wohlbefinden in 3 Sprachen (D+F+I) ins Leben gerufen. Dank Ihrem Vertrauen haben wir so ein geschätztes Markenlabel geschaffen, das über die Jahre kontinuierlich gewachsen ist.

Doch die Zeit vergeht, und so steht nun ein Übergang an, der den Fortbestand von vitamag® für unsere Leserschaft und Partner sichern soll. Die frohe Botschaft:

Die Firma Verticalizer zeichnet ab 2020 neu als Eigentümerin und Herausgeberin von vitamag®. Mit Fachkompetenz und Professionalität wird Verticalizer Bewährtes erhalten und zugleich, vor allem im digitalen Bereich, neue Dimensionen erschliessen. Apothekerin Rita Ducret-Costa, seit 25 Jahren Chefredaktorin, wird ihre Funktion weiterhin mit viel Freude und Know-how wahrnehmen (s. auch Editorial, S. 3). ■

Serge C. Ducret



Ausgabe Nr. 1/1994
Das Gesundheitscommuniqué®
Auflage: 8 700 Ex.



Eine beachtliche Entwicklung!

Ausgabe Nr. 98/2019
vitamag®
Auflage: 150 000 Ex.



Express-Tipps:

- **Verstauchungen, Zerrungen und Prellungen mit Schwellungen und Blutergüssen**
Flector Plus®
- **Das geht in die Knochen**
Burgerstein Vitamin K2®
- **Akute Erkältungskrankheiten**
Echinaforce® Hot Drink

- **Unterstützen Sie Ihre Abwehrkräfte**
Strath® Immun
- **Bei Schnupfen**
Nasivin®
- **Der Garant Ihrer Flexibilität**
Flexor® Vitamine – Mineralien
- **Erkältungskrankheiten**
Spagyrom® Erkältungskrankheiten und Spagyrom® Halsschmerzen

Fragen Sie Ihre/n Apotheker/Apothekerin oder Drogisten/Drogistin um Rat.

Unterstützen Sie Ihre Abwehrkraft. Mit Zink in Strath Immun.



Die Strath-Produkte sind in Apotheken, Drogerien und Reformhäusern erhältlich. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.



Schweizer
Produkt

Strath®

www.bio-strath.com



Ein Geschenk der Natur gegen Erkältungen

Wenn es eine Pflanze gibt, deren guter Ruf mehr als gerechtfertigt ist, so der Rote Sonnenhut (*Echinacea purpurea*).

Das Mitglied einer grossen Familie

Der Gattungsname *Echinacea* ist vom griechischen «echinos» (Igel) abgeleitet und bezeichnet den stacheligen Blütenkopf der Pflanze. Die *Echinacea* gehört zur Familie der Korbblütler, die elf in Nordamerika beheimatete Arten umfasst. Drei davon sind in der Pflanzenheilkunde bekannt: *Echinacea purpurea*, *Echinacea angustifolia* und *Echinacea pallida*.



***Echinacea purpurea* wirkt immunregulierend, entzündungshemmend, antiviral und antibakteriell.**

Der Rote Sonnenhut wird am häufigsten und am effizientesten zur Stimulierung der Immunabwehr verwendet. Wichtig: Er besitzt eine immunmodulierende (immunregulierende) Wirkung, d. h., er regt das Immunsystem an, ohne es zu reizen. Damit ist auch ein Langzeiteinsatz (zwei Monate) ohne unerwünschte Nebenwirkungen möglich. *Echinacea* wirkt zugleich entzündungshemmend, antiviral und antibakteriell. Sie lässt sich vorbeugend bei Anfälligkeit für Erkältungskrankheiten oder therapeutisch

zur Behandlung akuter grippaler Infekte einsetzen. Je früher der Einsatz, umso wirksamer.

GOTOWEB

Mehr Infos über Echinacea:



Ein wenig Geschichte

Der Sonnenhut wurde, mehr als jede andere Pflanze, von den Prärie-Indianern Nordamerikas zur Heilmittelherstellung verwendet. In den 30er Jahren schwappte seine Bekanntheit von den USA auf Europa über, dann geriet er wieder in Vergessenheit. Vor einigen Jahrzehnten wurde er hier wiederentdeckt. Dabei spielte der Natur- und Pflanzenheilkundler Alfred Vogel eine Pionierrolle: Er pflegte zu berichten, dass ihm der Oglala-Lakota-Häuptling Black Elk Anfang der 50er

Jahre *Echinacea*-Samen geschenkt hatte. Später begann er, die Pflanze in der Schweiz anzubauen, und sie wurde bald zu seiner wichtigsten Heilpflanze. So erlangte die *Echinacea* in der Schweiz bald Berühmtheit. ■



Rita Ducret-Costa

www.vitamag.ch

Erkältung?

JETZT
als
Heissgetränk



Eine Antwort der Natur:
Echinaforce® Hot Drink

Heissgetränk zur Behandlung von akuten Erkältungskrankheiten.

Dies ist ein zugelassenes Arzneimittel.
Bitte lesen Sie die Packungsbeilage. A.Vogel AG, Roggwil TG.

A.Vogel

Bionaturis informiert Sie

Wie verbessern wir die Mobilität unserer Gelenke?

Arthrose ist die am weitesten verbreitete Gelenkerkrankung weltweit. Sie hat zur Folge, dass der Knorpel langsam zerstört wird.

Arthrose ist eine komplexe Erkrankung und das Ergebnis eines Ungleichgewichts zwischen dem Reparatur- und dem Abbauprozess im Knorpelgewebe. Ein Zusammenspiel von Risikofaktoren wie Übergewicht, häufiges Sitzen oder auch Gelenksverletzungen begünstigen den Abbau des Knorpels.

Glücklicherweise lässt sich mit der richtigen Lebenshygiene die Gefahr verringern, dass sich eine Arthrose entwickelt. Ausserdem bestätigten aktuelle Forschungsarbeiten, dass sich Knorpel regenerieren kann.

Wie kann ich die Gesundheit der Gelenke stärken?

- **Mit einer ausgewogenen Ernährung** Empfehlenswert sind die Reduktion von Übergewicht, eine ausgewogene, ballaststoffreiche Ernährung sowie genügend Omega 3.
- **Durch gelenkschonende Bewegung** Die Gelenke schätzen sanfte, regelmäßige körperliche Aktivitäten. Langes Sitzen oder eine häufige Überbeanspruchung der Gelenke sind Faktoren, welche eine Zerstörung des Knorpelgewebes verursachen oder verschlimmern.

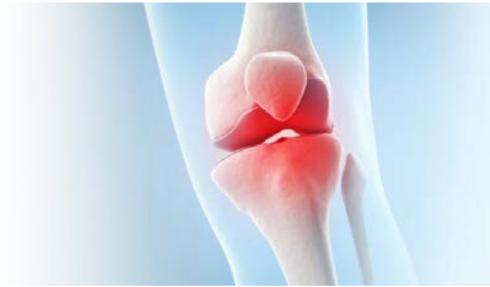
- **Fehlstellungen korrigieren** Gewisse Fehlstellungen der Füße können einen Bewegungsablauf zur Folge haben, der die Gelenke belastet. Dieses Problem lässt sich mit Einlagen oder orthopädischen Schuhen beheben.

Nicht-denaturiertes Typ-2-Collagen (UC-II®) ist ein neuartiger, patentierter Inhaltsstoff, der bei geringen Dosen dazu beitragen kann, eine optimale Gelenksfunktion zu erhalten.

UC-II – die neuartige Innovation

Neu auf dem Markt ist ein innovatives, patentiertes Produkt: nicht-denaturiertes Typ-II-Collagen (UC-II®). Dieser neue Inhaltsstoff kann unsere Zellen dazu bringen, angegriffenen Knorpel zu reparieren. Eine geringe tägliche Dosis UC-II veranlasst unseren Körper, entzündungshemmende Moleküle zu produzieren. Unter dem Einfluss dieser Moleküle wechseln die Knorpelzellen (Chondrozyten) aus dem Zerstörungsmodus in den Aufbaumodus. Mehrere wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass dank einer täglichen Einnahme von UC-II® bei gesunden Erwachsenen die Schmerzen bei Belastung zurückgehen und bei Personen mit Arthrose die Mobilität und Flexibilität verbessert wird.

Sylvie Rottet



Neu

Flexor® der Garant Ihrer Mobilität



Die Gelenke werden
es Ihnen danken!

www.flexor-mobilitat.ch



Verzehrempfehlung: 1 Kapsel täglich. **Zutaten:** Ascorbinsäure (Vit. C), UC-II® (Kollagen des Typs II nicht denaturiert), Kupferbisglyzinat, Manganzitrat, Cholecalciferol-Lösung (Vit. D3); Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose; Kapsel: Hypromellose; Farbstoff: Kupfer-Chlorophyll-Komplex «UC-II® & Logo sind eingetragene Marken der Firma Lonza oder deren Filialen».

www.bionaturis.ch – Erhältlich in Drogerien, Apotheken und Reformhäuser

B'Onaturis



Nicht nur für die Blutgerinnung ...

Vitamin K, das 1920 entdeckt wurde, ist bekanntlich an der Blutgerinnung beteiligt (K wie Koagulation). Erst seit Kurzem wissen wir, dass es auch eine Rolle für den Knochenmetabolismus und beim Erhalt der Elastizität der Blutgefässe spielt. Das sind zwei wichtige Pluspunkte für unseren Körper!

Eigentlich gibt es mehrere K-Vitamine ...

... doch wir schauen uns das K₂ oder Menachinon etwas genauer an. Es ist das effizienteste K-Vitamin (mit einer Tagesdosis von 180 mcg), am besten verträglich und wird am häufigsten verwendet. Nahrungsmittel, die Vitamin K₂ enthalten sind Leber, Sauerkraut und fermentierte Milchprodukte sowie vor allem Natto, ein japanisches Produkt auf Sojabasis. Das Vitamin wird ausserdem auch von den Darmbakterien selber produziert. Auch in hohen Dosen wirkt Vitamin K₂ nicht toxisch.

Vitamin K₁ oder Phyllochinon wird ausschliesslich durch Pflanzen synthetisiert. Die besten Lieferanten sind Blattgemüse (Spinat, grüner Salat), Kohl, Algen sowie

Soja- und Rapsöl. Die Hauptaufgabe besteht in der Blutgerinnung.

K₃ wiederum ist zwar wirksamer als K₁ und K₂, es wird aber kaum noch verwendet, weil es zahlreiche Nebenwirkungen hervorrufen kann (Erbrechen, Anämie, Kraftlosigkeit, Schwindel usw.). Eigenschaften und Gegenspieler
Wie erwähnt ist K₂ am Herz-Kreislauf-System und am Knochenmetabolismus beteiligt (und damit auch wichtig für die Prävention und Begleitbehandlung von Osteoporose). Zu den Gegenspielern des Vitamins, die einen

Mangel verursachen können, gehören Alkohol, Medikamente wie Antibiotika, welche die Darmflora verändern, sowie Leber- oder Gallenbeschwerden, welche die Aufnahme hemmen.

Gut zu wissen: Das in der Darmflora synthetisierte Vitamin K kann einen beträchtlichen Teil des Tagesbedarfs decken – bei manchen Personen bis zur Hälfte. ■



Rita Ducret-Costa

www.vitamag.ch



Ohne Antibiotika gegen Erkältungen

Schon sehr lange ist bekannt, dass Naturstoffe sich bei der Stärkung des Immunsystems oder bei Erkältungen als sehr wirkungsvoll erweisen, und das ganz ohne Antibiotika. Spagyrom® Arzneimittel nutzen diese Kräfte ganz gezielt.

Die besondere Kombination der Inhaltsstoffe ist das Geheimnis

Die Indianer Nord- und Südamerikas kannten schon seit je die Heilwirkung von Echinacea-Arten als starke Immunstimulanzien. Für Spagyrom® werden bewusst die ober- und unterirdischen Teile von *Echinacea purpurea* und *Echinacea angustifolia* verwendet, da sie sich ideal ergänzen. Aber erst in der Kombination mit ätherischen Ölen wie Bohnenkraut, Zimt, Thymian und Nelke in höchster Qualität entfalten sie ihre volle Wirkung und zeigen ihre enorme Kraft im Kampf gegen Viren und Bakterien.

Mehr als nur bei Erkältungen

Schon die alten Ägypter stellten aromatische Stoffe her, die zu kultischen, medizinischen und kosmetischen Zwecken verwendet wurden. In heutigen Tests und zahllosen klinischen Fällen bewiesen die ätherischen Öle ihre Wirkung bei Erkältungskrankheiten wie Schnupfen, Husten, Halsschmerzen und gripalen Infekten, bei Entzündungen und Infektionen in der Mundhöhle, im Nasen-Rachen-Raum und haben sich auch bei Zahnfleischentzündungen und Aphthen bewährt.

Anwendung von Tropfen oder Lutschtabletten

Tropfen (50 oder 100 ml) «Spagyrom® Erkältungskrankheiten»: Erwachsene 3–5 Mal pro Tag 20–25 Tropfen mit ½ Glas lauwarmem Wasser, Kinder (6–12 J.) die Hälfte. Lutschtabletten «Spagyrom® Halsschmerzen» für unterwegs: alle

2–3 Stunden langsam im Mund zergehen lassen, maximal 8 Tabletten pro Tag.



Spagyrom® Erkältungskrankheiten (Tropfen) und Spagyrom® Halsschmerzen (Lutschtabletten) in neuer Verpackung



Die Arzneimittelmanufaktur von Spagyros im jurassischen St-Brais, mitten in der Natur

Spagyros. Die Arzneimittelmanufaktur
Besuchern von Spagyros wird klar, wie einzigartig es ist, dass Spagyrom® Arzneimittel von den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mit grosser Passion von Hand und in höchster Qualität hergestellt werden. Die verwendeten Echinacea-Pflanzen stammen aus dem Demeter-zertifizierten Heilkräutergarten beim Betrieb La Malmaison in St-Brais im Jura, in dessen wunderschöner Naturlandschaft auch das in besonderer Weise gestaltete Spagyrik-Labor anzutreffen ist.



Burgerstein Vitamin K2:

Das geht in die Knochen.



Burgerstein Vitamin K2 enthält hochwertiges, reines Vitamin K2, das besonders gut vom Körper aufgenommen wird. Vitamin K trägt zur Erhaltung normaler Knochen bei. Eine kleine Kapsel pro Tag reicht, um den Tagesbedarf zu decken. Ideal auch als Ergänzung zu Kalzium-/Vitamin D3-Präparaten.



Tut gut. Burgerstein Vitamine

Erhältlich in Ihrer Apotheke oder Drogerie – Gesundheit braucht Beratung.