

Entspannt in den Herbst

Wenn das Arbeitspensum steigt und das Immunsystem durch wechselnde Witterung gefordert ist, gilt es Körper, Seele und Geist zu unterstützen.

Mit Darmkeimen, Vitaminen, Sanddorn- und Schlehensaft können Sie ihr Immunsystem puschen. Vergessen Sie auch nicht die schwarze Ribisel, Hagebutte, Hollundersaft und Eisenkraut in ihrer Hausapotheke zu aktualisieren. Ältere Semester unter hohem Stresslevel finden Hilfe durch die Taigawurzel. Sie leistet aber auch gute Dienste wenn Kinder ständig kränkeln.

Baldrian hilft Ihnen Ihr Gedankenkarusell anzuhalten und sich besser konzentrieren zu können. Wenn sie von Herpesviren geplagt werden hilft eine Kombination von Echinacea, Thuja und Baptisia oder Zink und Selen und die Zellmembranen stabilisierende Melisse.

Mit Blütenessenzen, Mineralien und zahlreichen Pflanzen wie Passionsblume, Hopfen, Hafer, Linde, Feige, Ahorn, Baldrian und anderen lässt sich die Stimmung heben und stabilisieren. Wer unter Allergien leidet sollte nun bis in den Winter hinein ausleitende Maßnahmen ergreifen und mithilfe von Pflanzenextrakten von Bäumen und Sträuchern die Toleranzgrenze positiv beeinflussen.

Es ist gegen jede Erkrankung ein Kraut gewachsen, allerdings liefert uns Mutter Natur auch zahlreiche Helferlein, die uns gesund erhalten können. Wir freuen uns darauf, Ihnen eine persönliche Auswahl zusammenzustellen.

Hier finden Sie noch mehr Tipps: www.aponet.at