

Weil wir gerne **aktiv** sind



Mit Weißdorn Herz und Kreislauf natürlich unterstützen

Sie stehen mitten im Leben, empfinden Ihren Alltag aber oft als anstrengend? Wenn Sie z.B. beim Treppensteigen oder bei ausgedehnten Spaziergängen häufiger außer Atem geraten und schneller erschöpft sind, dann könnten Ihr Herz und Ihr Kreislauf etwas Unterstützung gebrauchen! Die kommt aus der Natur – in Form eines speziellen Weißdorn-Extraktes.

Wenn Sie auf natürliche Weise etwas dafür tun möchten, weiterhin aktiv zu bleiben, dann ist Weißdorn eine gute Möglichkeit für Sie.

- **Crataegutt®** ist seit vielen Jahren das am häufigsten verwendete Weißdorn-Monopräparat.

Crataegutt® ist sehr gut verträglich und mit anderen Medikamenten kombinierbar. Bei regelmäßiger Einnahme fühlen Sie sich oft schon nach wenigen Wochen fitter und belastbarer.

Crataegutt® stärkt Herz und Kreislauf

In Crataegutt® steckt ein Weißdorn-Spezial-extrakt, der auf pflanzliche und verträgliche Weise das Herz bei seiner Arbeit unterstützt und dem Kreislauf hilft, fit zu bleiben.



- + Crataegutt® enthält Weißdorn-Spezialextrakt
- + Mit besonders hohem OPC-Anteil

Crataegutt® stärkt die Pumpkraft des Herzens, das Blut kann bis in den letzten Winkel gepumpt werden. Es hält die Gefäße elastisch, das Blut kann leichter durch den Körper fließen – für eine bessere Sauerstoffversorgung im Körper.

- **Crataegutt®** hat eine besonders hohe Dosierung (2 x 450 mg), die z.B. von Weißdorn-Tees bei weitem nicht erreicht wird.

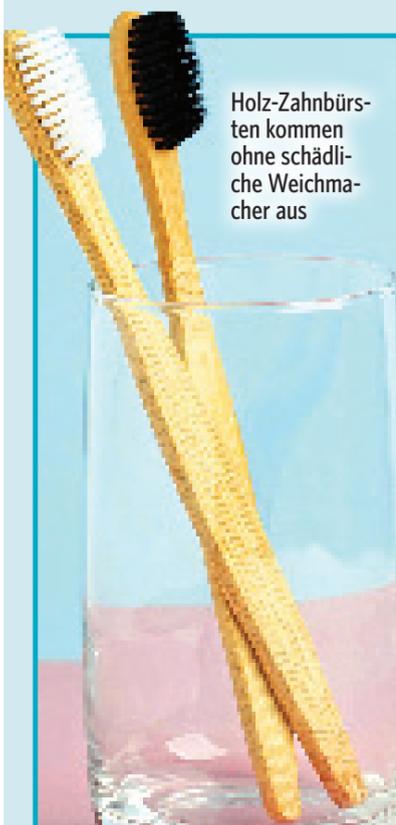
Stärkt Herz und Kreislauf. Für ein aktives Leben.

Crataegutt®
450 mg Herz-Kreislauf-Tabletten
450 mg / Filmtablette
Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Unterstützung der Herz-Kreislauf-Funktion
100 Filmtableten

- Stärkt die Pumpkraft des Herzens
- Hält die Gefäße elastisch
- Für mehr Leistung

PFLANZLICH. GUT VERTRÄGLICH. EXKLUSIV IN DER APOTHEKE.

Crataegutt® 450 mg Herz-Kreislauf-Tabletten. Wirkstoff: Weißdornblätter-mit-Blüten-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei: Unterstützung der Herz-Kreislauf-Funktion, ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe



Holz-Zahnbürsten kommen ohne schädliche Weichmacher aus

HOLZ-ZAHNBÜRSTEN

Zähne putzen ohne Plastik? Bürsten mit Griffen aus Holz und Borsten aus nachwachsenden Rohstoffen (z. B. Rizinusöl) erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Die meisten Modelle bestehen allerdings aus Bambusgriffen – das ist unter ökologischen Aspekten fragwürdig, da es lange Transportwege hinter sich hat. Einige Hersteller halten sich lieber an heimisches Holz (z.B. Buche). Mit einer solchen Zahnbürste unterstützen wir nicht nur die Mundhygiene, sondern schützen die Gesundheit dauerhaft vor negativen Einflüssen durch Weichmacher in Kunststoffen.



VEGANE ZAHNPASTA

Immer mehr Zahncremes verzichten auf tierische Bestandteile. Außerdem enthalten sie statt Fluorid oft den Alternativstoff Hydroxylapatit – der ist jedoch weniger wirksam. „Auch vegane Zahnpasta sollte Fluorid haben, da es den Zahnschmelz stärkt und Karies vorbeugt“, betont Dr. Sliwowski.



Ultraschall, Bambus & Öl

Was taugen die Zahnpflege-Trends?

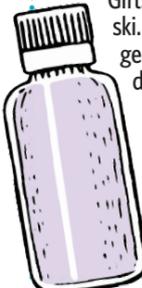


DR. CHRISTOPH SLIWOWSKI
Leiter der Zahn-implantat-Klinik Düsseldorf im St. Vinzenz-Krankenhaus

Ob Bambus-Zahnbürsten, Ultraschallwellen oder vegane Zahnpasta – in Sachen Mundhygiene und Zahnpflege hat sich in den letzten Jahren viel getan. Aber brauchen wir die modernen Innovationen und nachhaltigen Produkte tatsächlich für schöne und gesunde Zähne? Zahnarzt Dr. Christoph Sliwowski nimmt jetzt die neueste Trends unter die Lupe – was wirklich zu unserer Zahngesundheit beiträgt und worauf wir gestrost verzichten können...

ZAHNÖL

Beim Ölziehen wird ein Esslöffel eines Pflanzenöls für 20 Min. im Mund hin und her bewegt. „Pflanzenöl bindet Bakterien und Giftstoffe“, so Dr. Sliwowski. Am Ende werden die gebundenen Schadstoffe durch das Ausspucken aus dem Körper entfernt. Gute Ergänzung zur herkömmlichen Zahnpflege!



AKTIVKOHLE

Der Geheimtipp für weiße Zähne: Aktivkohle. Das schwarze Pulver wird mit etwas Wasser zur Zahnreinigung verwendet. Aktivkohle wirkt wie Schleifpapier, das Verfärbungen von den Zähnen schrubbt. Doch darunter leidet auch der Zahnschmelz. Maximal 1-mal pro Monat anwenden.



ULTRASCHALL-ZAHNBÜRSTEN

Sauberere Zähne versprechen Ultraschall-Zahnbürsten. Per Schallwandler erzeugt das Hightechgerät bis zu 1,8 Millionen Schwingungen pro Sekunde – reinigt damit besser als die Handzahnbürste. Dr. Sliwowski: „Schwer zugängliche Zahnräume werden so effektiv gesäubert.“



Fotos: Zahnimplantat-Klinik Düsseldorf, Fotolia, Alamy (2), iStockphoto, Shutterstock

Gerade mit zunehmendem Alter kommt es nach dem Abendessen häufig zu quälendem Aufstoßen



Millionen Menschen falsch behandelt

Fehldiagnose Sodbrennen

Um kein „Sodbrennen“ zu haben, greift rund die Hälfte der Betroffenen zum Magensäure-Blocker. Nicht wissend, dass sich hinter den befürchteten Beschwerden auch ein Magensäure-Mangel verbergen kann

Durch den Mangel an Magensäure bleibt der unverdaute Speisebrei zu lange im Magen liegen. Er fängt an zu gären und bildet Gase, die nach oben steigen. Das löst das quälende Aufstoßen aus, das man als Sodbrennen fehldeutet. Ein Säureblocker hemmt jetzt noch mehr Magensäure, was die Beschwerden verschlimmert.

körpereigene Produktion nachlässt. Kaum im Mund, regt ein Körperreflex gezielt die Produktion von Magensäure an. Die Magen-Muskulatur wird gestärkt, die Fettverdauung kommt in Schwung und die Magenentleerung wird beschleunigt. „Bei quälendem Aufstoßen nach dem Abendessen schwärze ich auf Gasteo. Das hat mir so schon manche Nacht gerettet“, schreibt eine Verwenderin.

Förderung der Magensäure

Heilpflanzen-Experten raten zum Einsatz pflanzlicher Bitterstoffe, wie sie hochkonzentriert im Magen-Medikament Gasteo (Apotheke, rezeptfrei) vorkommen. Das ist der natürliche Ansatz zur Förderung der Magensäure, wenn ihre

„Gasteo. Die Magentropfen.“

Das wirkt, das hilft, das spürt man

Bei Magen-Beschwerden, quälendem Aufstoßen, Übelkeit, Blähbauch und Völlegefühl helfen Gasteo-Magentropfen.



*medpex.de. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel, zur Linderung von leichten Verdauungsbeschwerden (z.B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Niehaus Pharma GmbH & Co. KG, 555218 Ingelheim