



## DEN KÖRPER REINIGEN IM FEBRUAR



Liebe Kundinnen und Kunden!

Je länger der Winter dauert, desto sehnlischer wünschen wir uns den Frühling herbei. Diese Zeit des Überganges eignet sich besonders gut, um den Körper zu reinigen. Diesmal haben wir daher Tipps für Sie, wie Sie dafür die Kraft der Kräuter nutzen können. Vielleicht wollen Sie auch versuchen, einen Frühjahrsputz für die Seele zu machen? Mir persönlich hilft es, den Medienkonsum (v.a. die Nachrichten) zu reduzieren, das Handy öfter mal wegzulegen, mich in der Natur zu bewegen oder mich voll und ganz einer Sache zu widmen (z.B. Legospielen mit meinen Kindern 😊). Vielleicht sind das auch für Sie Wege, den positiven Gedanken wieder mehr Raum zu geben. Kommen Sie gesund durch den Februar!

Ihr Mag. pharm. Dr. Oliver Donath und das Team der Apotheke Auhof

### TIPP DES MONATS AUS DER APOTHEKE MIT HEILKRÄUTERN DEN KÖRPER REINIGEN VON UNSERER PHARM.-KAUFMÄNN. ASSISTENTIN SILVIA BIERAMPERL



Nach diesen langen und schönen Wintertagen fängt so mancher mit Frühjahrsputz in den eigenen vier Wänden an. Wieso nicht auch den Körper mal wieder so richtig durchputzen und mit sich selbst ins Reine kommen? Den Körper entschlacken und von den Altlasten des Winters befreien.

Die Natur bietet uns eine Vielfalt von Kräutern an, die den Stoffwechsel unterstützen. Ein Beispiel wären Heidekraut, Maisgriffel, Löwenzahnblätter und Brennnessel. Diese Kräuter haben eine ausgezeichnete blutreinigende, harntreibende Wirkung. Die Bitterstoffe der Heilpflanzen Brombeerblätter, Gänsefinger und Waldmeister regen die Leber- und Gallentätigkeit an. Rosmarin wirkt tonisierend und Kamille heilungsfördernd. Eine Mischung aus diesen Naturstoffen befreit den Körper von Müdigkeit und Giften aktiviert den gesamten Stoffwechsel unterstützt Leber, Galle, Magen und Bauchspeicheldrüse. Ob als Teemischung oder als Tropfen zum Einnehmen – wir stellen gerne nach Ihren Wünschen eine Mischung für Sie her. **Mein Tipp:** Die Kräutereelixier-Mischung „Reinigend“ von Will. Diese wurde speziell zur Unterstützung der Leber- und Lymph-Funktionen entwickelt.

### PFLANZE DES MONATS: BRENNNESSEL (URTICA DIOICA)

Die Brennnessel ist nicht nur ein lästiges Unkraut, sondern eine vielseitige Heilpflanze. Je nachdem welcher Teil zum Einsatz kommt, kann sie verschiedene Leiden mildern. Brennnesselblätter sind u.a. für die entwässernde Wirkung bekannt. Verantwortlich dafür sind die enthaltenen Flavonoide sowie die Mineralstoffe. Brennnesseltee eignet sich daher gut um die Nieren und Harnwege gut durchzuspülen. Wichtig beim Entwässern ist, genug Flüssigkeit zuzuführen. Genauere Informationen zu Anwendung, Wirkung und Nebenwirkungen erhalten Sie bei uns in der Apotheke.



### PRODUKT DES MONATS IM FEBRUAR – 20 %



### KRÄUTERELIXIER-MISCHUNGEN VON WILL

- ✓ speziell zur Unterstützung der Leber- und Lymph-Funktionen.
- ✓ Enthält Brennnessel-, Löwenzahn- und Süßholzwurzelextrakt
- ✓ wirkt verdauungsfördernd, entgiftend, bindegewebsstärkend, stoffwechselharmonisierend und blutreinigend.
- ✓ Ohne Alkohol – auf Glycerinbasis
- ✓ Bio Qualität made in Austria

Apotheke Auhof Mag. pharm. Dr. Donath OG

Altenberger Straße 40, 4040 Linz, ☎ 0732/75 70 17 📠 0732/75 02 23

✉ office@apotheke-auhof.at, 🌐 www.apotheke-auhof.at

Öffnungszeiten: Mo – Fr: 8:00 – 18:00 (durchgehend geöffnet), Samstag: 8:00 – 12:00