

Stärkung

Es gibt die vielfältigsten Gründe, abgespannt zu sein und sich schwach und müde zu fühlen. Überlegen Sie sich, was ein Stärkungsmittel bei Ihnen bewirken soll. Meist kennen Sie die Gründe für Ihr momentanes Befinden recht genau. Dieses Informationsblatt hilft Ihnen, das für Sie geeignete Präparat zu finden. Dabei werden Sie sehen, dass es mehr gibt als bloss Vitaminpräparate...

WANN BRAUCHEN WIR EIN STÄRKUNGSMITTEL?

Stress	<p>Andauernder Stress und Anspannung verbrauchen wertvolle Energie. Wir kommen kaum zur Ruhe und gönnen dem Körper keine richtige Erholung mehr. Für kräftigende Mahlzeiten fehlt die nötige Zeit. Wir fühlen uns müde, gereizt und abgespannt.</p> <p>Stärkungsmittel: Ginseng, Taigawurzel, Schlaf- und Nerventropfen, Vitamin B-Komplex, Bio Magnesium Phytomed, Stärkungselixier Phytomed, Schüssler Salze</p>
Krankheit	<p>Der gesteigerte Stoffwechsel während Krankheiten konsumiert wichtige Nähr- und Schutzstoffe (Vitamine, Mineralien). Zudem fehlt uns meist der nötige Appetit für eine ausgewogene, kräftigende Ernährung.</p> <p>Stärkungsmittel: Multivitamine und Mineralstoffe (insbesondere Vitamin C, Zink), Immunstimulantien, Kräftigungselixier Phytomed</p>
Rekonvaleszenz	<p>Nach Krankheiten müssen wir die leeren Speicher wieder auffüllen, verbrauchte Vitamine ersetzen und mit dem nötigen Appetit essen.</p> <p>Stärkungsmittel: Phytomed Kräftigungselixier, Multivitamine, Immunstimulantien, Appetitanreger, Aminosäuren, Bienenprodukte, Schüssler Salze</p>
Infektanfälligkeit	<p>Stress, Krankheiten und unausgewogene Ernährung lassen unseren Körper anfällig werden für Infektionen.</p> <p>Stärkungsmittel: Immunstimulantien, Vitamin C, Bienenprodukte</p>
Lernen, Prüfungen	<p>Zeiten mit erhöhter geistiger Aktivität erfordern Konzentration und Durchhalten über eine längere Zeit.</p> <p>Stärkungsmittel: Aminosäuren, Vitamin B-Komplex, Magnesium, Ginseng, Stimulantien, Ginkgo, Schüssler Salze</p>
Frühjahrmüdigkeit	<p>Wer kennt sie nicht, die vielbesagte Frühjahrmüdigkeit... Wir fühlen uns matt und ausgelaugt. Neue Kräfte tanken nach den kalten und kurzen Wintertagen.</p> <p>Stärkungsmittel: Multivitamine, Aminosäuren, Vitamin B-Komplex, Schüssler Salze</p>
Schwangerschaft	<p>Essen für zwei heisst nicht, die doppelte Menge zu essen. Wichtig ist, dass Mutter und Kind die richtigen Nähr- und Aufbaustoffe zugeführt bekommen.</p> <p>Stärkungsmittel: Multivitamine & -Mineralien, Eisen (nach ärztlicher Anordnung), Folsäure, Schüssler Salze</p>
Jugendliche im Wachstum	<p>Der Wachstumsschub während der Pubertät verlangt vom Körper einiges ab. Vor allem Knochen und Muskeln legen zu.</p> <p>Stärkungsmittel: Multivitamine & -Mineralien, Calcium, Schüssler Salze</p>
Sport, Training	<p>Wer aktiv ist, verbraucht Energie, Vitamine und Mineralstoffe. Diese müssen dem Körper nach Training und Wettkampf wieder zugeführt werden.</p> <p>Stärkungsmittel: Multivitamine, Mineralien (Magnesium, Kalium, Calcium), Eisen, Schüssler Salze, Proteine</p>
Alter	<p>Im Alter beginnt der Körper von Natur aus abzubauen. Jetzt ist es besonders wichtig, ihm die nötigen Bau- und Betriebsstoffe in genügender Menge zur Verfügung zu stellen.</p> <p>Stärkungsmittel: Ginseng, Multivitamine, Appetitanreger, Ginkgo, Kräftigungselixier Phytomed</p>

WELCHE SYMPTOME NEHMEN WIR WAHR?

- Appetitlosigkeit
- Antriebslosigkeit, Lustlosigkeit
- Anfälligkeit für Infekte
- Mattigkeit, Abgeschlagenheit, allgemeine Schwäche
- Gereiztheit
- Blässe
- rasche Ermüdung
- Konzentrationsschwäche
- Wachstumsschub

VITAMIN- UND MINERALSTOFFPRÄPARATE

Gezielte Ergänzung des täglichen Bedarfs mit lebenswichtigen Vitalstoffen.

- **Multivitaminpräparate:** Allsan Multivitamin, Burgerstein Multivitamine und Multimineralstoffe, Burgerstein Schwangerschaft und Stillzeit, Burgerstein Sport, Centrum, Elevit, Halibut plus, Supradyn, Vogel Multivitamin u.a.m.
- **Vitamin B Komplex:** Becozym, Berocca, Burgerstein Vitamin B Komplex, Biorganic Vitamin B, Hefetabletten.
- **Vitamin C:** Acerola, Burgerstein Vitamin C, Redoxon, Biorganic Vitamin C, Redoxon, Weleda Sanddorn Elixier
- **Calcium:** Calcimagon, Calcium Sandoz, Dolomit Burgerstein, Infit Calcium, Weleda Aufbaukalk, Urticalcin Dr. Vogel
- **Magnesium:** Burgerstein Magnesium/ Magensiumorotat/ Dolomit, Infit Magnesium, Magnesium Biomed, Magnesium Vital, Mg 5

GINSENG, TAIGAWURZEL UND KOMBINATIONEN

Stressreduzierend, anregend und immunstimulierend.

- **Ginseng- und Taigawurzel (Eleutherococcus):** MFT Ginseng, MFT Eleutherococcus D4, Phytomed Kräftigungselixier
- Spagyrische Präparate:** Ginseng, Eleutherococcus

PFLANZLICHE UND HOMÖOPATHISCHE PRODUKTE, SCHÜSSLER MINERALSTOFFE

Regen den Körper auf vielfältige Weise natürlich an.

- **Bitterstoffe** (appetitanregend): Enzianwurzel, Kalmus, Wermut, Tausendgüldenkraut, Weleda Amara Tropfen
- **Pflanzliche Stärkungsmittel:** Vitaforce Dr. Vogel, Weleda Schlehen Elixier, Strath Aufbaupräparat & Rekonvaleszenztropfen, Phytomed Kräftigungselixier
- **Ginkgo** (fördert Hirndurchblutung, Gedächtnis & Konzentration): Bollwerk Ginkgo Tabletten, Ginkgo MFT, Phytomed Kräftigungselixier, Geriaforce Dr. Vogel, Tebofortin
- **Homöopathische Produkte:** Phytomed Bio Magnesium
- **Schüssler Salze:** verbessern die Zellfunktionen, z.B. mit der bioenergetischen Energieschaukel Schüssler Nr. 2, 5, 7 (fragen Sie uns nach der Einnahmempfehlung)

IMMUNSTIMULANTIEN

Steigern das Abwehrsystem bei erhöhter Infektanfälligkeit.

- **Echinacea:** Phytomed Echinacea Tabl., Echinacea MFT, Echinaforce Dr. Vogel, Echinacea spagyrische Tropfen, Spagyr. Honigkomplex, Spagyr. Resistenztropfen, Echinacin.
- **Pelargonium:** Perlargonium D4 MFT, Pelargonium Urtinktur
- **Propolis:** Propolis D4 MFT
- **Zink:** Burgerstein Zinkgluconat, Burgerstein Zinkvital, Redoxon Zink
- **Ginseng und Taigawurzel:** s.o.
- **Vitamin C:** s.o.

AMINOSÄUREN

Stimulieren Gehirn und Nervensystem bei körperlicher und geistiger Erschöpfung.

- Burgerstein Aminovital, Dynamisan forte, Tonoglutal

DIVERSE

- **Eisen:** Wirkt blutbildend – Anaemodoron, Floradix Kräuter Eisen, Infit Eisen, Maltofer
- **Stimulantien:** Coffein (Guarana, Wakkers, Mate-Tee, Grüntee)
- **Bienenprodukte:** Steigerung der geistigen und körperlichen Leistungsfähigkeit: Bollwerkapotheke Ginseng + Gelée Royale, Fridur Blütenpollen, Melbroisa FPG Kautabletten, Propolis D4 MFT
- **Lebertran:** hoher Gehalt an Vitamin A und D, wichtig im Wachstum und bei chronischen Erkrankungen.

EINFACHE UND NATÜRLICHE MÖGLICHKEITEN UM ZU KRÄFTEN ZU KOMMEN

- Gönnen Sie sich genügend Schlaf. ➤ Essen Sie ausgewogen, möglichst viel frisches Gemüse und Früchte. ➤ Nehmen Sie sich Zeit zum Essen. ➤ Gönnen Sie sich bewusst erholsame Pausen: Musik hören, lesen,... ➤ Spaziergänge und körperliche Aktivität halten Sie fit. ➤ Erhalten Sie Ihre geistigen Fähigkeiten mit Aktivitäten wie Kreuzworträtsel, Denksport, "Gehirnjogging".