

## Heuschnupfen- Jetzt vorbeugen!

Je milder der Winter, desto stärker werden die Pollen fliegen. Daher wird es höchste Zeit an die Heuschnupfenprophylaxe zu denken, denn vorbeugen ist einfacher als heilen. Gerne zeigen wir Ihnen verschiedene Möglichkeiten auf.

### Schwarzkümmelölkapseln- Zellmembran stabilisieren

Bereits die alten Ägypter wussten die Wirkung des Schwarzkümmels zu schätzen. Die enthaltenen ungesättigten Fettsäuren und ätherischen Öle stabilisieren die Zellmembran und stärken die Abwehr. Die frühzeitige Einnahme der Schwarzkümmelölkapseln (ab Januar) von 3x täglich 1 Kapsel hat sich bewährt.

### Regulat Pro- Immunsystem stärken

Das Regulatpro Bio von Dr. Niedermaier enthält fermentierte Früchte und Gemüse und wirkt mit den enthaltenen Milchsäurebakterien direkt auf den Darm. 80% des Immunsystems liegt im Darm, dieses wird somit optimal gestärkt.

Für die immunstimulierende Wirkung werden zweimal täglich 20ml mit wenig Wasser eingenommen.

### Staphylococcus aureus comp. – Desensibilisierung

Der homöopathische Spray Staphylococcus aureus comp. hilft das Immunsystem von Allergikern langfristig gegen allergische Reaktionen zu desensibilisieren. Wir empfehlen das Nasenspray mindestens zwei Wochen vor Pollenbeginn anzuwenden. Jeden zweiten Tag zwei Sprühstöße pro Nasenloch.

### Schüssler Salze

Auch bei Heuschnupfen bieten die Schüsslersalze eine attraktive Lösung. Eine Mischung aus 3 Salzen auch als «Allergie-Trio» bekannt hilft bei allen Arten von Allergien. Die Mineralstoffe regulieren das Immunsystem daher ist es nicht entscheidend um welche Allergie es sich handelt. Mit einer frühzeitigen Einnahme werden die Symptome geschwächt und viele gar komplett unterdrückt.

Es handelt sich um die Schüssler Nummern 2, 6 und 10 welche mit weiteren Ergänzungen für Sie persönlich abgestimmt werden können.

### Vitamine und Mineralstoffe

Vitamine und Mineralstoffe den Körper positiv beeinflussen.

Therapeutisch werden täglich 1000mg Calcium, 300mg Magnesium, 800-1200 IE Vitamin D und 15mg Zink eingesetzt. Vitamin C wirkt mit seiner antioxidativen Wirkung gegen das überschüssende Immunsystem.

### Tipps

- Stadtbewohner sollten morgens lüften und Betroffene vom Land abends.
- Durch Abklopfen der Kleidung vor der Wohnung wird ca. 70 Prozent der Pollen abfallen
- Draussen immer eine Sonnenbrille tragen

Viele weitere Tipps und Lösungen für akute Heuschnupfensymptome geben wir Ihnen gerne persönlich in der Drogerie Moll.

