

BLASK ŚWIATEŁEK NA CHOINCE, OZDOBNYCH PAPIERÓW, W KTÓRE ZAPAKOWANE SĄ PREZENTY, AROMAT SUSZONYCH ŚLIWEK I ŻYWICY IGLASTEGO DRZEWKA – OTO ESENCJA BOŻEGO NARODZENIA. I TO CUDOWNE OCZEKIWANIE NA ODPAKOWANIE BŁYSZCZĄCEGO PUDEŁKA... DLATEGO I MY MAMY DLA PAŃSTWA UPOMINKI: TRZEBA TYLKO WZIĄĆ UDZIAŁ W KONKURSIE. ECH, ŚWIĘTA!

Blask i aromat świąt

BODYMAX PLUS

Axellus

Teraz więcej żeń-szenia i więcej energii nie tylko od święta! Ulepszony suplement diety Bodymax Plus dodaje energii osobom aktywnym. Wyjątkowo skutecznie zwalcza zmęczenie dzięki podwójnej dawce żeń-szenia w połączeniu z bogatym kompleksem witamin i minerałów oraz najwyższej dawce magnezu. W świątecznej promocji Bodymax Plus 100 tabl. połączony z prezentem: Bodymax „50+” 40 tabl. Całość zapakowana jest odświętnie. To świetny pomysł na pełen energii i witalności prezent z apteki dla naszych najbliższych, 100 tabletek wystarcza na 3 miesiące.



Dla naszych czytelników mamy 10 zestawów prezentowo zapakowanych preparatów. Czekamy na kartki z hasłem Bodymax.

Aloes Bielenda

Zestaw prezentowy Aloes to kosmetyki do całorocznej pielęgnacji skóry wrażliwej i alergicznej, które głęboko i długotrwale nawilżają, likwidując suchość oraz szorstkość skóry. Dodatkowo tworzą na niej film wzmacniający barierę ochronną przed zanieczyszczeniami oraz zabezpieczający przed utratą gęstości jędrności i miękkości. Ich wyjątkowość opiera się na bogactwie składników odżywczo – kojących. W skład zestawu wchodzi: krem na dzień i na noc, balsam do ciała, delikatny żel do mycia twarzy.



Dla naszych czytelników mamy kilka zestawów. Czekamy w redakcji na kartki z hasłem Aloes.

Perfekt New 40+ Flos Lek

Seria przeciwzmarszczkowa Perfekt New 40+ to zestaw kosmetyków szczególnie polecanych cerom dojrzałym, po 40 roku życia. Oprócz kremu na dzień i na noc, toniku do oczyszczania twarzy i śmietanki do demakijażu zestaw zawiera też serum – najsilniejszą postać kosmetyku odmładzającego. Wszystkie preparaty z tej serii zawierają naturalne składniki opóźniające starzenie się skóry.



Dla naszych czytelników mamy 15 zestawów. Czekamy na kartki z hasłem Perfekt New.

Floradix

Ziolościast

Zmęczona? Dodaj sobie energii!!! Floradix® żelazo i witaminy to naturalne rozwiązanie problemu niedoboru żelaza!!! Zalecany kobietom przemęczonym, oddychającym się, aktywnym, w ciąży, karmiącym. Zawiera: glukonian żelazawy w formie płynnej (łatwo się wchłania), naturalne wyciągi roślinne, witaminę C, tiaminę, ryboflawinę, witaminę B₆ i B₁₂. Nie powoduje zaparć. Nie zawiera: alkoholu, konserwantów, barwników.



Dla 10 naszych czytelników mamy te preparaty w prezencie. Czekamy na kartki z hasłem Floradix.

EMOLIACI

Pharmacaris

Seria specjalistycznych preparatów emolientowych. Składa się m.in. z regenerującego **kremu-maśła** do ciała, **kremu nawilżającego** na dzień SPF 20 oraz **emolientowego żelu** do mycia ciała. Produkty są przeznaczone do codziennej pielęgnacji skóry przesuszonej, wrażliwej, skłonnej do łuszczenia się i podrażnień, ze skłonnością do atopowego zapalenia skóry.



www.pharmacaris.pl

Dla naszych czytelników mamy apteczne kosmetyki Pharmacaris Emolianti w świątecznym prezencie. Czekamy w redakcji na kartkę z tym hasłem.

SZYNKOWAR

GT

Szynkownik umożliwia przyrządzenie pysznej i zdrowej – bez konserwantów i polepszaczy smakowych – szynki, w domowych warunkach. Łatwe w obsłudze, niesprawiające kłopotów podczas mycia urządzenie powinno na stałe zagościć w kuchni tych, którzy dbają o odpowiednie odżywianie, cenią sobie smaczne, zdrowe i pełnowartościowe posiłki. Do szynkownika dołączone są przepisy na aromatyczną, przepyszną szynkę, instrukcja obsługi oraz konserwacji.

Telefon kontaktowy 502-293-007



... w trosce o Twoje zdrowie!

NORD FARM

Revitaben SENIOR



Kompletny zestaw witamin i składników mineralnych z borem i lecytyną

Suplement diety **REVITABEN SENIOR** to starannie skomponowany zestaw witamin i składników mineralnych, wzbogacony o bor i lecytynę. Preparat przeznaczony dla osób pragnących zachować sprawność fizyczną i umysłową po 50 roku życia. Składniki zawarte w preparacie wspierają ogólną kondycję organizmu, bor wpływa na sprawność stawów, tkankę łączną i kości. Lecytyna polecana w stanach napięcia nerwowego, osłabionej koncentracji oraz pamięci.
Wskazania: jako uzupełnienie codziennej diety w witaminy i składniki mineralne; **w celu zachowania wysokiej sprawności fizycznej i umysłowej po 50 roku życia**

Revitaben Premium



Kompletny zestaw witamin i składników mineralnych dla osób AKTYWNYCH

Suplement diety **REVITABEN PREMIUM** to starannie skomponowany zestaw witamin i składników mineralnych, przeznaczony dla osób aktywnych, pragnących zachować wysoką sprawność fizyczną i umysłową. Składniki preparatu wspierają ogólną kondycję organizmu, a także korzystnie wpływają na wygląd skóry i paznokci.

Wskazania: w okresie wzmożonego zapotrzebowania organizmu na witaminy, składniki mineralne; w okresie zachowania wysokiej sprawności fizycznej i umysłowej

SEZON CHOROWANIA ROZPOCZĘTY! A MOŻE SPRÓBUJEMY LECZYĆ SIĘ NATURALNIE, NIE STOSUJĄC PARACETAMOLU I INNYCH CHEMICZNYCH SUBSTANCJI W TERAPII? SĄ LEKI NATURALNE, A TAKŻE HOMEOPATYCZNE, KTÓRE MOGĄ ZAPOBIEC INFEKCIOM ORAZ SPRAWDZAJĄ SIĘ W LECZENIU...

Przeziębienie lecz naturalnie!



lujących choroby zakaźne z organizmu, ale za to mobilizuje własne siły obronne ustroju. Wtedy własnymi siłami pokonamy infekcję.

Przeziębienie jest chorobą wirusową, ale o względnie mało nasilonych objawach, nie powodujących zagrożenia życia.

Możemy je leczyć sami, a głównym celem jest zwalczanie objawów,

Zaczerwieniony nos, potem katar i kaszel, niestający ból gardła i głowy – któż z nas nie chorował na przeziębienie czy grype? W okresie zimowym okazji do zarażenia się wirusami, jest całe mnóstwo. W autobusie co drugi pasażer kicha lub kaszle, w pracy koleżanka z pokoju nie rozstaje się z chusteczkami higienicznymi. W pracy rozmawia się przede wszystkim o tym, kto już chorował, kto właśnie choruje, a kto nie czuje się najlepiej i niebawem pewnie wyląduje w łóżku z gorączką...

ZANIEDBYWANA ODPORNOŚĆ
Gdybyśmy jesienią zadbali o zwiększenie odporności organizmu, nie byłoby problemu. Teraz, gdy kaszlemy i kichamy jest na to już za późno, zważywszy, że organizm potrzebuje około 3 miesięcy na wzmocnienie odporności (tej „nabytej”). Pozostaje więc ostrożne kontaktowanie się z osobami chorymi i reagowanie na pierwsze objawy infekcji, by skrócić czas chorowania i uniknąć powikłań.

LEKI ROŚLINNE
Nie od razu musimy łykać aspirynę, tabletki z paracetamolem czy ibuprofenem. To zresztą jest leczenie tylko objawowe. Jeśli stadium zakażenia wirusowego jest wczesne i objawy znosimy dość lekko, możemy wykorzystać sposoby medycyny naturalnej, która również nie usuwa drobnoustrojów wywo-

lujących choroby zakaźne z organizmu, ale za to mobilizuje własne siły obronne ustroju. Wtedy własnymi siłami pokonamy infekcję. takich jak ból gardła, katar, kaszel. Po jakie metody możemy sięgnąć? Jest ich dość długa lista, która otwiera na pewno spożywanie większych ilości **czosnku**, mającego działanie antybakteryjne. Można leczyć się kanapką z czosnkiem i natką pietruszki, która jest „przy okazji” bogata w witaminę C i neutralizuje zapach czosnku. Zaraz za czosnkiem ważną rolę antybakteryjną ma **cebula**, a dokładniej – jej sok (albo syrop), który działa antyseptycznie, oraz łagodzi kaszel.

Miód ma swój udział w domowym leczeniu przeziębienia, jako dodatek do ciepłego mleka, herbatki rozgrzewającej lub ukojenie dla bolącego gardła. Lekarstwem na zapchany nos są gorące herbaty ziołowe z małą łyżeczką miodu lub gorąca czarna herbata z miodem.

Przydatne w leczeniu przeziębienia będą zabiegi hydroterapeutyczne: kąpiel nóg w ciepłej wodzie (o temperaturze 37–42°C), z dodatkiem sproszkowanej **gorczycy**. Kąpiel ta wywołuje przekrwienie nóg, z uczuciem ciepła i odprężenia rozlewającym się po całym ciele.

W aptekach kupimy **olejki eteryczne** (pojedynczo lub w preparatach złożonych): melisowy, cynamonowy, tymiankowy, cytrynowy, muskatolowy, goździkowy, kalendarowy i miętowy, które działają antyseptycznie, przeciwzapalnie, przeciwbólowo i rozkurczająco. Ułatwiają oddychanie. Zastosowane na skórę działają lekko rozgrzewająco i przeciwbólowo. Doustnie wybrane preparaty

tego typu stosuje się w trudnościach w oddychaniu, podrażnieniach dróg oddechowych i strun głosowych, w kaszlu, chrypcie, przeziębieniach. Doustnie podaje się 10 – 15 kropli na miodzie, cukrze lub w połowie szklanki wody. Ponadto można je zastosować do inhalacji, masażu, okładów, kąpeli.

W bólach gardła, oprócz płukania gardła naparami ziołowymi (zwłaszcza szaflwią lub rumiankiem), zaleca się inhalacje parowe – z samej wody, z dodatkiem soli kuchennej, co wyraźnie zwiększa efekt leczniczy. Można je przygotować w domu, używając naczynia z gorącą wodą (60–80°C). Należy pochylić się nad naczyniem, przykryć głowę ręcznikiem i wdychać parę przez kilkanaście minut. Po zabiegu powinno się przez kilkanaście minut przebywać w ciepłym, owiniętym szalikiem i nie wychodzić z domu.

Inny rodzaj leków naturalnych to żele lub **maści rozgrzewające** do nacierania klatki piersiowej. Zawierają najczęściej kamforę, mentol, tymol oraz olejki: terpentynowy, eukaliptusowy,

cedrowy i muskatolowy. Preparaty takie stosuje się w przeziębieniach do smarowania skóry klatki piersiowej i szyi. Jest to szczególnie polecane w zakażeniach górnych dróg oddechowych, zmniejsza bowiem przekrwienie błon śluzowych i ułatwia odkrztuszanie. Najbardziej kontrowersyjnym sposobem leczenia przeziębienia są...

bańki. Powodują one odruchowe przekrwienie narządów znajdujących się pod miejscem zastosowania, a także powstanie wybroczeń podskórnych krwi, która wchłaniając się działa bodźcowo na układ odpornościowy. Są zarówno zwolennicy baniek jak i ich przeciwnicy. Jeśli ktoś już kiedyś stosował bańki i pomogły mu zwalczyć infekcję – śmiało może skorzystać i z tej metody leczenia.

Herbatki napotne są bardzo przydatne w chorobie przeziębieniowej. Przez naturoterapeutów szczególnie polecana jest lipowa i malinowa. Napar z lipy ma właściwości przeciwgorączkowe, łagodzi katar oraz bóle głowy wywołane przeziębieniem. Wspomaga usuwanie szko-

dliwych substancji z organizmu poprzez działanie napotne. Rumianek jest najbardziej znanym ziołem i poza lipą najczęściej stosowanym. Rumianek po zaparzeniu należy przykryć spodeczkiem aby nie „uoltni” się z niego olejek eteryczny. Możemy go kupić w saszetkach lub w postaci syropu w każdym sklepie zielarskim.

HOMEOPATIA W TERAPII INFEKCIJ WIRUSOWYCH

Homeopatia wykorzystuje ponad trzy tysiące substancji roślinnych, zwierzęcych i mineralnych. W zasadzie więc są to leki naturalne, tyle, że substancje lecznicze występują w preparatach homeopatycznych w bardzo dużych rozcieńczeniach. Infekcje wirusowe można leczyć nowoczesnymi lekami homeopatycznymi, respektującymi naturalny rytm funkcjonowania naszego organizmu. W przypadku przeziębienia lub grypy lek homeopatyczny jest dostosowany do objawów choroby. Zastosowanie leczenia homeopatycznego na samym początku cho-

roby pozwala skrócić czas jej trwania i jest tym skuteczniejsze, im wcześniej zostanie wdrożone. Wyleczenie może więc nastąpić bardzo szybko, nawet w ciągu kilku godzin.

Gwałtowne narastanie objawów charakteryzuje się nagłym wzrostem temperatury. Wtedy np. można zastosować lek, który ma w swoim składzie belladonnę. Szczególnie uciążliwą dolegliwością w grypie czy przeziębieniu jest kaszel i katar. Również i na te pojedyncze objawy przeziębienia znajdziemy w aptece leki homeopatyczne, zarówno w postaci syropów, sprayów do nosa, jak i granulki czy tabletek.

WODA BARDZO POTRZEBNA

Podczas infekcji należy pić co najmniej osiem szklanek płynów dziennie, najlepiej zwykłej wody. Jeśli moc chorożego jest koloru ciemnożółtego oznacza to za małą ilość płynów w organizmie. Dobrą wskazówką jest obserwowanie, kiedy mocz stanie się przezroczysty i bezbarwny. To bowiem dowód, że żadne toksyny nie zostały w organizmie.

reklama

Od 1913 roku

ARGOL® Essenza Balsamica

Szanowny Kliencie!

Z przyjemnością informujemy, że ARGOL® Essenza Balsamica jest już dostępny w aptekach!

ARGOL® Essenza Balsamica to prawdziwa Esencja Karmelitańska, oryginalny polski lek, z dumą wytwarzany w Wielkopolsce od 1913 roku.

Wskazania: doustnie w przeziębieniach i stanach grypopodobnych, w stanach napięcia nerwowego; do inhalacji w nieżytach górnych dróg oddechowych; do płukania jamy ustnej i gardła w stanach zapalnych; miejscowo na skórę w świądzie i po ukąszeniu owadów; miejscowo do nacierania w przeziębieniach i bólach głowy; miejscowo do masażu w bólach stawowo-mięśniowych.

Przeciwwskazania: nadwrażliwość na którykolwiek ze składników leku.

Alba Thyment

Infolinia: 801184746

www.argol.pl



Płyn, produkt złożony

Tradycyjny produkt leczniczy roślinny z określonymi wskazaniami wynikającymi wyłącznie z długotrwałego stosowania. Przed użyciem zapoznaj się z ulotką, która zawiera wskazania, przeciwwskazania, dane dotyczące działań niepożądanych, dawkowanie oraz informacje dotyczące stosowania produktu leczniczego, bądź skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą, gdyż każdy lek niewłaściwie stosowany zagraża Twojemu życiu lub zdrowiu.

manukan® PASTYLKI BALSAMICZNE NA GARDŁO



- ✓ Wspomagają ochronę dróg oddechowych przed szkodliwymi czynnikami zewnętrznymi
- ✓ Ułatwiają utrzymanie zdrowego stanu śluzówki i strun głosowych
- ✓ Odświeżają oddech

NOWOŚĆ!

- ✓ Miód Manuka
- ✓ Olejki eteryczne
- ✓ Witamina C

Zawiera olejki karmelitańskie ARGOL®



Suplement diety

Producent: Alba Thyment Sp. z o.o.

Infolinia: 801184746

www.argol.pl