**Immunabwehr stärken**

Es handelt es sich ausschließlich um natürliche Mittel.

Sie stärken die Abwehrkräfte und helfen erste Erkältungssymptome zu lindern.

Es gibt außer die erwähnten Mittel, noch weitere immunstärkenden Naturprodukte, die Ihnen mit den geltenden Hygienebestimmungen des Robert-Koch Institutes durch die Grippe/Corona-Zeit helfen können.

**Bitte beachten Sie mögliche Allergien und Intoleranzen.**

Zur Dosierung der Mittel erkundigen Sie sich genau bei Ihrem Apotheker vor Ort.

**Immunabwehr stärken:**

* Echinacea Kur (ca. 6-8 Wochen)
* Vitamin C
* Vitamin D
* Heilpilze Reishi, Coriolus, Cordyceps

**Natürliche Viren und Bakterien killer:**

* Propolis
* Oregano-Öl
* Ingwer, Kurkuma, Galgant, Zitrone

**Weitere unterstützende Maßnahmen:**

* Frisches Obst und Gemüse
* Darmregeneration durch Probiotika
* Tee: Lindenblüte, Thymian, Holunder, Salbei, Kamille, Pfefferminze
* Vitaminkomplexe
* OPC
* Schwarzkümmelöl
* Einreibungen mit Eukalyptus
* Regelmäßige Nasendusche
* Wechselduschen
* Frische Luft

**Darmsanierung – in der Praxis auf Anfrage, auch per Telefon möglich**

**Homöoakupunktur-Kur zur Immunstärkung ca. 10 Einheiten – in der Praxis auf Anfrage**