

Müdigkeit, Konzentrationsmangel, Gedächtnisschwäche und Schwindelgefühl treten im Alter vermehrt auf. Oft ist die Ursache eine Arteriosklerose. Eine Kombination aus vier bewährten Heilpflanzen kann die Beschwerden wirksam lindern.

Müde, vergesslich?

Mehr Vitalität mit Knoblauch und Co.

Mit zunehmendem Alter nimmt nicht nur die Muskelkraft ab. Auch die Konzentrationsfähigkeit und die Gedächtnisleistung lassen allmählich nach. Stellen sich zudem chronische Müdigkeit und Schwindelgefühle ein, sind dies ernst zu nehmende Signale. Denn es könnte eine Verhärtung der Blutgefässe vorliegen: eine Arteriosklerose (Arterienverkalkung).

Arteriosklerose beginnt stumm

Zu Beginn einer Arteriosklerose werden Blutfette – v.a. das LDL-Cholesterin (low density lipoproteins) – in die Gefässwand eingelagert, es kommt zu herdförmigen

Bindegewebswucherungen (Plaques), die Wand verdickt sich, verliert ihre Elastizität und verhärtet. Auch Blutpfropfen (Thromben) wie z.B. Blutgerinnsel lagern sich ab. Die Gefässlichtung wird allmählich kleiner, sodass bei gleichem Druck immer weniger Blut durchfliessen kann. Da manchmal im Spätstadium einer Arteriosklerose auch Kalk in die Gefässwände eingelagert wird, spricht der Volksmund auch von Arterienverkalkung. Die Krankheit, die sich auf alle Arterien des Körpers auswirkt, entwickelt sich langsam – über Jahre oder gar Jahrzehnte und verläuft lange stumm... bis sie sich durch

Symptome wie Thrombose, Angina Pectoris, Hirnschlag und Schlaganfall bemerkbar macht.

Nicht nur ein fortgeschrittenes Alter kann zu einer Arteriosklerose führen. Zu den vielen Faktoren, die die Entstehung einer Arteriosklerose begünstigen können, gehören auch eine allzu kalorien- und fettreiche Ernährung, Übergewicht, erhöhte Blutfettwerte, Veranlagung, Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Nikotin und Stress.

Knoblauch – volle Wirkung ohne unangenehmen Geruch

Knoblauch (*Allium sativum*) gehört, wie der Name verrät, zu den Lauchgewächsen und ist Gewürz, Gemüse und Arzneipflanze zugleich. Wie viele Untersuchungen ergaben, vermögen die Inhaltsstoffe der Knoblauchzwiebel erhöhte Blutfettwerte zu normalisieren und altersbedingten Gefässveränderungen vorzubeugen. Knoblauch hemmt darüber hinaus das Zusammenballen der Blutplättchen und vermindert so das Thromboserisiko. Ebenso hemmt das Vielstoffgemisch der Knoblauchzwiebel das Wachstum von Bakterien und Pilzen – wirkt also antibakteriell und antimykotisch. Traditionell wird Knoblauch auch eingenommen zur Förderung der allgemeinen Durchblutung und zur Erhöhung der Aufmerksamkeit.

In der mediterranen Küche (Mittelmeerkost), die als besonders gesund gilt, ist



Bon für CHF 5.–/10.–

Beim Kauf einer Packung allvita® erhalten Sie folgende Preisreduktion:

allvita® Knoblauch 140 Dragées: CHF 5.–
allvita® Knoblauch 420 Dragées: CHF 10.–

Einlösbar in Ihrer Apotheke oder Drogerie.
Angebot gültig bis 31.11.2011.

Händlerhinweis:

Bitte Bon mit Kassenbeleg aufbewahren. Wird von Tentan AG vergütet.





allvita® Knoblauch-Dragees enthalten Knoblauch, Bärlauch, Weissdorn und Herzgespann. Sie lindern durch Arteriosklerose bedingte Beschwerden wie Müdigkeit, Konzentrationsmangel, Gedächtnisschwäche und Schwindelgefühl. Geruchlos, da sich die Dragees erst im Dünndarm auflösen. Für Diabetiker geeignet. Packungen mit 140 und 420 Dragees sind rezeptfrei in Apotheken und Drogerien erhältlich.

Knoblauch Bestandteil vieler Gerichte. Bei uns hingegen wird er wegen der strengen Ausdünstung in der Atemluft und im Schweiß – sie rührt von Abbauprodukten schwefelhaltiger Inhaltsstoffe her – von vielen Personen strikte gemieden. Durch ein besonderes Herstellungsverfahren können jedoch Extrakt und Pulver des Knoblauchs so in Dragees eingeschlossen werden, dass sie vollständig geruchlos sind und sich zudem erst im Dünndarm auflösen. In allvita® Knoblauch comp. wurde Knoblauch auf diese Weise verarbeitet und darüber hinaus mit noch ähnlich bzw. ergänzend wirkenden Heilpflanzen kombiniert: mit Bärlauch, Weissdorn und Herzgespann.

Bärlauch: powervoller Verwandter des Knoblauchs

Im Frühling sind die Blüten des Bärlauchs (*Allium ursinum*) vor allem in lichten Wäldern zu sehen. Das mit dem Knoblauch verwandte und ähnlich riechende Kraut wird auch Wildknoblauch genannt. Bärlauch gilt nicht nur als geschätztes Wildgemüse, sondern ist auch eine allbe-

kannte Gewürz- und Heilpflanze. Die Wirkungen der beiden Pflanzen – Knoblauch und Bärlauch – sind recht ähnlich. Traditionell wird Bärlauch u.a. eingesetzt bei Arteriosklerose, zur Senkung der Blutfettwerte und unterstützend bei Bluthochdruck. Zudem wirken die Inhaltsstoffe der Pflanze antibakteriell und entzündungshemmend.

Weissdorn für ein starkes Herz

Verschiedene Arten des Weissdorns (*Crataegus* sp.) werden bei leichten Herzbeschwerden eingesetzt. Die Heilpflanze – es werden deren Blätter und Blüten verwendet – unterstützt die Wirkung des Herzmuskels und wirkt zusammen mit Herzgespann (s.u.) lösend bei Herzbeschwerden und Herzklopfen.

Echtes Herzgespann

Vom Echten Herzgespann (*Leonurus cardiaca*) werden die oberirdischen Teile geerntet und als Arzneidroge verwendet. In der Volksmedizin wurde das auch unter dem Namen Löwenschwanz (griech. *léon* = Löwe, *urá* = Schwanz)

bekanntes Kraut zur Behandlung von Erkrankungen des Herzens und des Magens (Herzgespann = Magenkrampf) eingesetzt. Traditionell wird Herzgespann u.a. auch als krampflösendes und blutdrucksenkendes Mittel eingesetzt und gilt als Tonikum auch bei Herzschwäche. In der Schulmedizin findet die Heilpflanze heute bei der Behandlung von nervösen (psychosomatischen) Herzbeschwerden, wie beispielsweise Herzklopfen, Anwendung.

Vier Heilpflanzen für mehr Vitalität

allvita® Knoblauch-Dragees enthalten die oben beschriebenen vier bewährten Heilpflanzen als hochkonzentrierte Extrakte in optimaler Kombination. Unterstützen können Sie Begleiterscheinungen der Arteriosklerose mindern, indem Sie einseitige Ernährung, übermäßigen Fettkonsum sowie das Rauchen vermeiden oder einschränken.