BELIKA GmbH
Sonnenhaldenstrasse 14 | CH - 8738 Uetliburg SG | info@belika.ch | www.belika.ch

Sich jetzt auf den Winter vorbereiten und das Immunsystem stärken!

Grippeprophylaxe auf natürliche Art!

In jeder Sekunde kämpfen Milliarden von Immunzellen im menschlichen Körper gegen Eindringlinge, zum Beispiel gegen Rhinoviren, die sich gerne in der Nase breit machen und Schnupfen auslösen, gegen Pneumokokken, die sich in der Lunge vermehren und so zu Lungenentzündung führen können, und gegen Influenza-Viren, die sich jedes Jahr neu formieren und für Grippewellen verantwortlich sind. Die Wissenschaft hat schon viele Strategien der Immunabwehr offengelegt, aber trotzdem sind noch viele Zusammenhänge unerforscht.
Wir setzen auf die Natur und ihre Vollkommenheit, die bekanntlich für alles ein Kraut haben soll.

Ich empfehle:
Thymian vulgaris oder Quendel (Wildthymian)

Thymian vulgaris gehört zu den alten Heilpflanzen und wurde früher bei Verdauungsproblemen, bei Insektenstichen sowie Kopf- und Gliederschmerzen eingesetzt: Heute nutzt man Thymianpräparate mehr zur Stärkung des Immunsystems, wegen ihrer krampflösenden Eigenschaften vor allem als Hustenmittel.
Das Thymian-Kraut wird daneben als durchblutungsförderndes, antibakterielles und geruchstötendes Gurgelmittel bei Entzündungen des Mund- und Rachenraums verwendet.

Erhältlich als Tinktur oder als Tee, in Kräuterapotheken oder aus dem eigenen Garten.
Wie Sie selbst Tinktur herstellen erkläre ich in meinem Buch „Naturkosmetik selber herstellen“ ISBN: 9 783906 02137 9.

Meine Empfehlung: Täglich 3x 25 Tropfen in einem Glas lauwarmem Wasser einnehmen, mindesten 4 Wochen, ab ende September/ Oktober. Kinder 3x täglich soviel Tropfen wie Altersjahre.

Ihre Katharina Hospenthal, Heilpraktikerin