



Fit & Kraftvoll

Fit & Kraftvoll

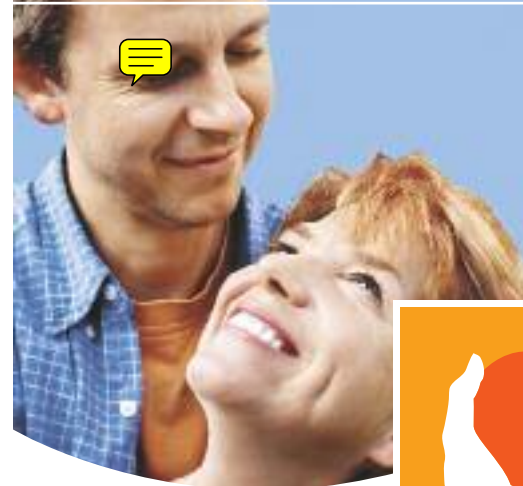
Ungesunder Blutdruck tut nicht weh

Kennen Sie Ihren Blutdruck? Was Ihr Arzt macht, können Sie auch selbst – mit Ihrem persönlichen Handgelenk- oder Oberarm-Blutdruckmessgerät. Neben den Klassikern wie eine ausgewogene, moderate Ernährung und Bewegung können Kalium-Magnesium-Präparate, Produkte der Homöopathie und Schüssler Salze sowie pflanzliche Präparate ihr Stresserlebnis reduzieren. Schutz für Herz und Hirn!

Arthrose

Was tun, wenn man sich im Laufe der Jahre immer weniger schmerzfrei bewegen kann? Arthrose oder Verschleiß von Knorpelsubstanz trifft jeden – früher oder später. Arthrose kann man aufhalten, oft sogar noch eine wirkliche Besserung erzielen. Ob Enzyme zur Schmerztillung, ob Kombinationspräparate zum Knorpelaufbau – fragen Sie uns! Homöopathische Mittel helfen, den Abbau der Gelenke zu stoppen um leichte Entzündungszustände auszuheilen.

Älter werden wir jeden Tag, doch wie wir alt werden, ob wir uns unsere Gesundheit weitgehend erhalten, das liegt zum Teil auch in unserer eigenen Hand. Entscheidend für unsere Lebensqualität im Alter ist auch, wie wir mit Stress umgehen können, ob unsere Lebensführung und Ernährung uns gesund bleiben lässt.



Erreichen Sie immer wieder Ihre Grenzen?

Das ist gut so, denn nur so kommen Sie weiter im Leben!

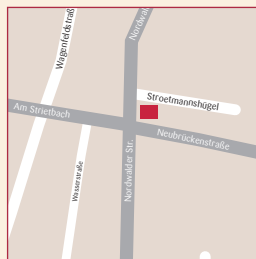
SpitzwegApotheke
... natürlich, geht's!

Apotheker Hans-J. Jesse e.K.

Nordwalder Str. 48 • 48282 Emsdetten
Tel.: 02572/82626 • Fax: 02572/82543

service@spitzweg-apotheke.de
www.spitzweg-apotheke.de

Öffnungszeiten Mo.-Fr. 08:00-19:00
Sa. 08:00-13:00



SpitzwegApotheke
... natürlich, geht's!



Eine starke sportliche Betätigung, Prüfungssituationen, die Änderung der Lebensumstände durch z.B. Nachwuchs in der Familie oder Wechseljahre, aber auch Krankheiten bringen uns immer wieder an die Grenze unserer Belastbarkeit. In vielen Fällen kommen Sie, mit ein wenig Unterstützung von außen, wieder in Ihr Gleichgewicht. Denn unser Körper ist ein Wunderwerk, um gesund, fit und kraftvoll zu bleiben oder wieder zu werden. Fragen Sie Ihr Spitzweg-Team!

Stress in Familie, Schule und Beruf

Fit und kraftvoll die Herausforderungen des Lebens anpacken? Die Kinder unterstützen, in großen und kleinen Fragen? Und mit Passion einem Beruf nachgehen, der auch noch Spaß macht?

Manchmal ist einfach alles zu viel. Und wenn das länger andauert, sind Ihre Energiereserven auf Null. Viele Menschen leben im wahrsten Sinn des Wortes von der Sub-

stanz. Von den Mineralien in den Knochen. Wir kennen viele Menschen, denen es ähnlich geht wie Ihnen – und viele, denen wir helfen konnten. Mit einer Vital-Kur auf Basis von Schüssler Salzen, Homöopathie, pflanzlichen Produkten und Mikronährstoffen werden Sie schnell wieder fit.

Von Dauerlauf bis Leistungssport

Als Sportler können Sie mit natürlichen Mitteln ihr Training unterstützen, damit Sport auch gesund bleibt. Hochwertige Eiweißpräparate zum Muskelaufbau, Schutz vor „freien Radikalen“ durch Vitamine und Mineralien – in Trainings und Wettkampf. Und Magnesium, Calcium und Kalium schützen Sie vor Muskelkater, Muskelkrämpfen und weiteren unangenehmen Nebenwirkungen.

Verletzungen und Sportunfälle nicht immer zu vermeiden: Kühlpacks, schmerz- und entzündungshemmende Salben, Bandagen und homöopathische Präparate gehören in jede Sporttasche. Enzyme sind sogar ganz besondere Helferlein: sie unterstützen die Heilung bei Verletzung, Entzündung, Bänderriss und Knochenbruch.

Wechseljahre

Wechseljahre? Patentrezepte helfen oft nicht weiter, weil jede Frau die Signale der Umstellung des Körpers anders wahrnimmt.

Vor den eigentlichen „Wechseljahren“ gerät der Zyklus aus dem Gleichgewicht. Erschöpfung und erste depressive Phasen

sind die häufigsten Folgen. Wir empfehlen spezielle Multivitamin- und Mineralkomplexe – und pflanzliche Hormonregulatoren. Am Anfang und mitten in den eigentlichen Wechseljahren benötigen Sie andere Unterstützung als „vorher“. Für jede Phase das jeweils individuell passende Präparat. Auch Homöopathie kann helfen, Hitzewallungen, Schlafstörungen, trockene Schleimhäute und andere Leiden zu mildern.

Achtung! Alle Knochen benötigen Vitamin D! Bei Aufenthalt im Freien kann unser Körper im Sommer genug Vitamin D selbst bilden, im Winter jedoch sollten Sie auf eine ausreichende Vitamin D und Calcium-Versorgung achten.

Problemzonen an Hüfte und Bauch

Durch Stress, zu wenig Bewegung, aber auch die Umstellung des Stoffwechsels in den Wechseljahren kommt uns das Übergewicht oft „wie betoniert“ vor. FdH, strenge Diäten, Fasten und anschließende Heißhungerattacken setzen einen Kreislauf in Gang, der zu immer höherem Gewicht führt. Ist dadurch Ihr Sättigungsgefühl erst einmal nachhaltig gestört, kommen Sie erfahrungsgemäß ohne Hilfe aus diesem Kreislauf nicht mehr heraus. Wir empfehlen zu Beginn eine ausführliche Beratung –

der Weg zum Wunschgewicht führt über die Umstellung auf eine gesunde Ernährung. Wir unterstützen Ihren Stoffwechsel so, dass Kalorien wieder verbraucht werden, statt sofort in Fettdepots für die Ewigkeit abgespeichert zu werden. Gehören Sie zu den Menschen, die nicht zunehmen können, ja sogar immer weiter abnehmen?

Dauerhafte Essstörungen können eine Ursache sein, oft aber auch Schilddrüsenstörungen, Schluckstörungen oder Immunstörungen. Auch lange, schwere Krankheiten wirken auszehrend auf den Organismus.

Wir bieten unterstützende Nahrungsmittel an, die leicht zu schlucken sind, angenehm schmecken und mit hoher Nährstoffdichte eine ergänzende oder sogar ausschließliche Ernährung ermöglichen.

Bei Immunstörungen, aber auch in Zeiten erhöhter Infektanfälligkeit helfen ganz individuelle Multivitamin- und Multimineralpräparate. Spezielle Zubereitungen gibt es hier für alle möglichen Erkrankungen, wie Tinnitus, Arthrose, Rheuma und natürlich auch um einfach nur fit und gesund zu bleiben.