

\*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

\*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

\*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

\*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

**nasic® O.K. Nasenspray\*\***

Anwendungsgebiete: Zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen und zur unterstützenden Behandlung der Heilung von Haut- und Schleimhautschäden, anfallsweise auftretendem Fließschnupfen und zur Behandlung der Nasenatmungsbehinderung nach operativen Eingriffen an der Nase. nasic® O.K. ist für Erwachsene und Kinder bestimmt.

Inhalt: 10 ml / Preis 100 ml: 59,50 €



Jetzt nur **5,95 €**

**Esberitox® compact\*\***

Anwendungsgebiet: Zur unterstützenden Therapie viraler Erkältungskrankheiten.

Inhalt: 40 Stück / UVP: 18,64 €



Sie sparen\* 25% **13,95 €**

**Vigantol® 1000 I.E. Vitamin D3\*\***

Anwendungsgebiete: Zur Vorbeugung gegen Rachitis (Verkalkungsstörungen des Skeletts im Wachstumsalter, auch bei Frühgeborenen) und Osteomalazie (Knochenerweichung bei Erwachsenen). Zur Vorbeugung bei erkennbarem Risiko einer Vitamin-D-Mangelkrankung bei ansonsten Gesunden ohne Resorptionsstörung (Störung der Aufnahme von Vitamin D im Darm) bei Kindern und Erwachsenen. Zur unterstützenden Behandlung der Osteoporose (Abbau des Knochengewebes) bei Erwachsenen.

Inhalt: 100 Stück



Jetzt nur **5,95 €**

**Emser® Nasendusche**

Medizinprodukt  
Natürliches Emser Salz unterstützt die Nasenschleimhaut in ihrer Selbstreinigungsfunktion und wirkt aktiv schleimlösend. So haben Schnupfen und Co. wenig Chancen. Hat es einen dennoch erwischt, befreien Nasenspülungen die Nase schnell auf sanfte Art und unterstützen den Heilungsverlauf.

Inhalt: 1 Stück / UVP: 16,49 €



Sie sparen\* 28% **11,95 €**

**Thomapyrin® intensiv\*\***

Wirkstoffe: Acetylsalicylsäure, Paracetamol und Coffein. Anwendungsgebiete: Für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren zur Behandlung von akuten Kopfschmerzen (z. B. Spannungskopfschmerzen) und Migräneanfällen (mit und ohne Aura). Schmerzmittel sollen längere Zeit oder in höheren Dosen nicht ohne Befragen des Arztes angewendet werden. Hinweis: Enthält Lactose. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben.

Inhalt: 20 Stück



Jetzt nur **5,95 €**

Anzeige

**NORAN**

**Omega-3 Öle für Ihre Gesundheit**

- 2.000 mg Omega-3 pro Tag (EPA und DHA)
- mit natürlichem Fischöl aus Wildfang oder pflanzlichem Algenöl aus nachhaltiger Kultivierung
- gereinigt von Schadstoffen, Schwermetallen und PCBs
- angenehmer Geschmack – kann leicht in den Alltag eingebaut werden, bspw. eingerührt in Quark, Dressing oder Smoothie
- biologisches Olivenöl als Antioxidans
- mit 800 IE Vitamin D pro Tag

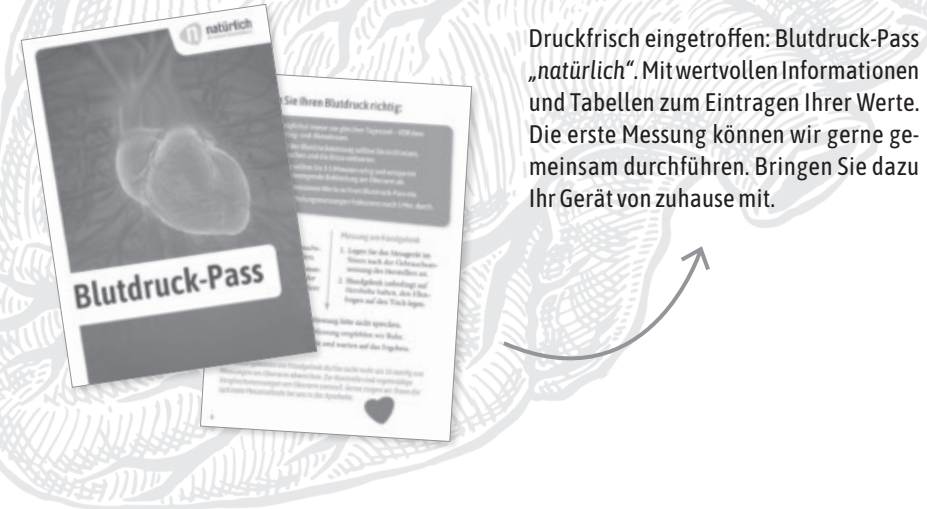
Reich an EPA & DHA



Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Die angegebene Verzehrempfehlung darf nicht überschritten werden.

**Bluthochdruck – alle Werte gezielt im Blick**

Fast jeder 5. Erwachsene über 40 Jahren (das entspricht 8 Millionen Menschen) leidet in Deutschland unter einem zu hohen Blutdruck. Das Tückische: er bleibt oft unbemerkt, kann jedoch unkalkulierbare Folgeschäden verursachen.



Druckfrisch eingetroffen: Blutdruck-Pass „natürlich“. Mit wertvollen Informationen und Tabellen zum Eintragen Ihrer Werte. Die erste Messung können wir gerne gemeinsam durchführen. Bringen Sie dazu Ihr Gerät von zuhause mit.

**natürlich gerne für Sie da....**



Anke Rüdinger e. Kfr.  
Fachapothekerin für Allgemeinpharmazie,  
Naturheilkunde und Homöopathie, Ernährungsberatung  
Landsberger Allee 171 · 10369 Berlin  
Tel. (030) 97 60 33 31 · Fax (030) 97 60 33 32  
info@castelloapotheke.de · www.castelloapotheke.de

Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr  
Sa. 8.00 - 14.00 Uhr

**NATÜRLICH**  
Das tut meiner Gesundheit einfach gut

Sonderausgabe  
**Immunsystem**



**Sinupret® extract**

Anwendungsgebiete: Bei akuten, unkomplizierten Entzündungen der Nasennebenhöhlen (akute, unkomplizierte Rhinosinusitis). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker!**

Inhalt: 40 Stück  
Unser bisheriger Preis: 24,95 €



Sie sparen 28% **17,95 €**

**Castello-Apotheke Berlin**

Preise gültig vom 1.11.-30.11.2018. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgabe nur solange der Vorrat reicht und in handelsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten. \*Gegenüber dem UVP des Herstellers. \*\*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

## Liebe Leserinnen und Leser,

was gibt es Schöneres, als sich bei ungemütlichem Herbstschmuddelwetter zuhause auf dem Sofa richtig schön einzukuscheln? Mit Lieblingsbuch, leckerem Tee und ein paar Naschkekse die perfekte Entspannung für Körper und Geist. Apropos lesen: Am 16. November ist übrigens bundesweiter Vorlesestag, in diesem Jahr rund um das Thema „Natur und Umwelt“. Vor allem die Kleinsten genießen störungsfreie Zeit zu Zweit – besonders mit einer spannenden Geschichte. Das macht Freude und wirkt sich stärkend auf das Immunsystem aus.

Damit sind wir auch schon beim richtigen Stichwort. Im Moment dreht sich in unserer *natürlich*-Apotheke sprichwörtlich alles um Ihre Abwehrkraft. Ob Ernährung, Vitamine oder Mineralstoffe – fragen Sie bei Ihrem nächsten Besuch, wie Sie sich jetzt gegen diese Viren- und Bakterienangriffe wehren können und mit welchen biologischen Maßnahmen Sie sich vorbeugend schützen. Die ersten Tipps dazu lesen Sie in dieser *natürlich*-Ausgabe.

**Viel Spaß und die besten Wünsche für ein starkes Immunsystem**



Wissenschaftlich bewiesen: Ein gesunder Darm ist besonders wichtig für das Immunsystem – mehr erfahren Sie in diesem Flyer – gleich abholen!



Natürlich-Apothekerin Anke Rüdinger, Castello-Apotheke, Berlin

*Anke Rüdinger*

### Natürliche Ausleitung von Schadstoffen

Eine ausgezeichnete Möglichkeit, die Grundregulation zu verbessern und die Entgiftungs- und Ausscheidungsorgane wie Leber, Darm, Niere, Haut und das Lungen-Bronchialsystem anzuregen, sind die traditionellen Ausleitungstherapien. Dazu gehören u.a. Aderlass, Baunscheidt-Verfahren, Blutegelbehandlung, Cantharidenpflaster, Heilfasten und die Ausleitung über die Organe durch naturheilkundliche Arzneimittel.

PHÖNIX Silybum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 30 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223702), 100ml (PZN 4223719).  
PHÖNIX Solidago spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 25 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223725), 100ml (PZN 4223731).  
PHÖNIX Urtica-Arsenicum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 28 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223949), 100ml (PZN 4223955).  
PHÖNIX Thuja-Lachesis spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 32 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223837), 100ml (PZN 4223895). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilagen und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**



Anzeige

### Gesundheitswissen

# Abwehrbollwerk Immunsystem

**Nasskaltes Wetter und Schnupfnasen wohin man blickt – die nächste Infektion lauert überall. In den Wintermonaten haben Viren und Bakterien Hochsaison.** Damit wir uns nicht von jedem Husten und Niesen anstecken, hat unser Immunsystem ein ausgeklügeltes System entwickelt. In vorderster Front schützen Haut, Nasenhaare oder Magensäure vor Eindringlingen. Fresszellen (Makrophagen, Monozyten, Granulozyten) der angeborenen Abwehr richten sich anschließend gegen alles, was irgendwie gefährlich ist. In dritter Instanz übernehmen die Lymphozyten die spezielle Bekämpfung der Krankheitserreger. Durch die Gedächtnisfunktion des Immunsystems erfolgt dies bei einem Zweitangriff deutlich schneller und effektiver.

Für ein intaktes Immunsystem steht besonders der Darm im Fokus. Die Darmflora beheimatet Milliarden von Mikroorganismen, die vielfältige Aufgaben erfüllen. Neben der Verdauung und Verwertung von Nährstoffen zählt dazu die Bildung von Vitaminen, der Schutz vor Schadstoffen und die Abwehr von Krankheitserregern. Außerdem versorgen die kleinen Helfer unsere Immunzellen im Darm mit wichtigen Informationen. Ca. 80 % des Immunsystems stecken tatsächlich direkt im Darm. Gerät die Darmflora in ein Ungleichgewicht, beginnt das Immunsystem zu schwächeln und Erreger haben leichtes Spiel. Eine gezielte Darmsanierung in Form einer Schleimhaut- oder mikrobiologischen Kur unterstützt das Immunsystem auf dem Weg zurück ins Gleichgewicht.

**natürlich Vitalstoff-Tipp:** Fragen Sie uns gerne nach einer speziellen Labor-Analyse, die auf Spurensuche nach Mineralien, Spurenelementen und auch Schadstoffen im Organismus geht. Wir beraten Sie gerne.

#### Darauf sollten Sie zusätzlich achten:

- häufig Hände waschen
- Stress vermeiden
- viel Bewegung an der frischen Luft
- ausreichend Trinken
- regelmäßig Lüften

## Entspannt genießen: Basisch baden

Kennen Sie das Gefühl: Sie kommen an einem trüben Herbsttag nach Hause, lassen die Tür ins Schloss fallen und alles fühlt sich irgendwie nass, kalt und unangenehm an. Man friert, „von innen“ heraus. Dann heißt es ab in eine bis oben gefüllte Wanne, die im besten Fall gleich der Gesundheit dient. Ganzheitliche Basenbäder mit wertvollen Mineralien unterstützen die Entsäuerungsfunktion und helfen durch vielfältige Anwendungsgebiete dem gesamten Organismus, gesund und „im eigenen Gleichgewicht“ zu bleiben. Umgeben von sanfter Musik, flackernden Kerzen und einem Lieblingstee sind Basenbäder echte Seelenschmeichler und zugleich ein besonderer Kick für Ihr Immunsystem. Achten Sie beim basischen Badesalz auf eine gute Qualität. Der pH-Wert in der Wanne sollte im Optimalfall bei 8 liegen, die Temperatur bei circa 37 Grad. Für Anfänger empfiehlt sich eine Badedauer von einer Stunde, Fortgeschrittene können bis zu 3 Stunden im warmen Wasser bleiben. Menschen, die lange Bäder nicht gut vertragen empfehlen wir gerne basische Wickel oder ein basisches Fußbad.



## Wohnen Sie gesund?

Formaldehyd in der Atemluft, Schwermetalle im Wasser oder chemische Zusätze in den Nahrungsmitteln – unser Körper muss täglich mit einer Vielzahl an Belastungen von außen zurechtkommen. Dies kann einerseits unser Immunsystem überfordern und andererseits den Organismus bereits geschwächter Menschen zusätzlich enorm belasten. In den Wintermonaten halten wir uns vermehrt im Inneren auf, besonders in den eigenen 4 Wänden sollte Wohlfühlen an erster Stelle stehen. Deshalb das Thema „Wohngifte“ bitte nicht auf die leichte Schulter nehmen, denn Gefahren lauern oft versteckt. Die alten Holzbalken, der pflegeleichte Fußboden, das praktische Regal, der Kinderschreibtisch oder der behagliche Wollteppich – sie alle können dauerhaft Ihre Gesundheit gefährden.

**Beispiel Schimmel:** Schon lange bevor sich unschöne Stockflecken hinter Schrank und Co. zeigen, befinden sich die Sporen bereits in der Raumluft. Geraten diese auf die Schleimhäute der Augen, Nase oder Bronchien, können sich allergische Reaktionen in unterschiedlicher Stärke zeigen. Einige Schimmelpilze bilden neben Sporen sogenannte Mykotoxine (gasförmige Schadstoffe), die zu Kopfschmerzen oder Immunproblemen führen können.

Informieren Sie sich jetzt, wie gesund es sich in Ihren eigenen 4-Wänden leben lässt. Wir beraten Sie gerne ausführlich.



Anzeige

Nahrungsergänzungsmittel mit Aminosäuren, Vitaminen und Mineralstoffen

### Gehen Sie gestärkt in die Herbst- und Winterzeit mit aminoplus® immun

- ✓ lactosefrei
- ✓ glutenfrei
- ✓ fructosefrei
- ✓ vegan



**Verzehrempfehlung:** Erwachsene nehmen einmal täglich den Inhalt eines Portionsbeutel, eingerührt in ca. 200 ml stillem Wasser nach einer Mahlzeit zu sich. Bitte nach Zubereitung sofort trinken. Die angegebene empfohlene Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Ein Nahrungsergänzungsmittel dient nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eines gesunden Lebensstils und sollte außer Reichweite von kleinen Kindern gelagert werden.

Spar-Gutschein

10%  
Rabatt

Angebot ist gültig vom  
1.-30. November 2018

\*Rabattinformationen: Siehe Rückseite

Spar-Gutschein

15%  
Rabatt

Angebot ist gültig vom  
1.-30. November 2018

\*Rabattinformationen: Siehe Rückseite

Spar-Gutschein

10%  
Rabatt

Angebot ist gültig vom  
1.-30. November 2018

\*Rabattinformationen: Siehe Rückseite

Spar-Gutschein

15%  
Rabatt

Angebot ist gültig vom  
1.-30. November 2018

\*Rabattinformationen: Siehe Rückseite