



BÄRBEL DREXEL

Unsere Naturschätze für Sonnenschein von innen

GRATIS-VERSAND**

MIT EINEM
VITAMIN D PRODUKT
IM WARENKORB



NATÜRLICH NATUR SEIT 1996



Liebe Kundin, lieber Kunde,

fangen Sie den Spätsommer ein: Die Farben der Natur verzaubern unseren Blick, die Luft wird wieder klarer, der Alltag kehrt langsam zurück. Jetzt ist die Zeit des Übergangs – vom Loslassen hin zu neuer Struktur in Beruf, Schule und Familienleben. Darum lohnt es sich, auf die eigene Energie zu achten.

Wenn die Sonne weniger scheint, sinkt die eigene Produktion von Vitamin D – der Schlüssel für gute Abwehrkräfte, stabile Knochen und positive Stimmung.

Sorgen Sie mit einem ausbalancierten Vitamin-D-Spiegel und bewusstem Auftanken in der Natur aktiv vor.

Gönnen Sie sich einen sanften Start in den Herbst: mit Ritualen, die Ihnen Kraft schenken, mit Bewegung an der frischen Luft – und mit einer Versorgung, die Körper und Geist in Balance hält.

Blieben Sie liebevoll mit sich!

MONIKA DREXEL

HEILPRAKTIKERIN & MARKENBOTSCHAFTERIN

UNSER CUSTOMER-SERVICE-TEAM
IST IMMER FÜR SIE DA!



Bestell-Telefon:

08276 / 518 400

(Mo. – Fr. 8 bis 20 Uhr,
Sa., So., Feiertag 9 bis 19 Uhr)

Service & Beratung:

08276 / 518 100

(Mo. – Fr. 8 bis 16 Uhr)

Monikas Rat des Monats

HERBSTLICH GUT VERSORGT – WARUM IHR KÖRPER JETZT VITAMIN D BRAUCHT

Wenn die Tage kürzer werden, zieht sich nicht nur die Natur langsam zurück – auch unser Körper spürt den Wandel. **Müdigkeit, Antriebslosigkeit oder ein „Herbstblues“** sind keine Einbildung, sondern ganz natürliche Reaktionen auf weniger Licht, kühlere Temperaturen und veränderte Abläufe im Alltag.

Ein besonders wichtiger Helfer in dieser Zeit: Vitamin D – das Sonnenvitamin!

- 1. Warum Vitamin D ab September besonders wichtig wird**
Vitamin D wird größtenteils durch **Sonnenlicht über die Haut gebildet**. Doch ab dem Spätsommer reicht die Sonnenintensität in unseren Breitengraden nicht mehr aus – unser körpereigener Speicher beginnt sich zu leeren. Umso wichtiger ist es jetzt, **gut vorzusorgen!**
- 2. Wofür braucht der Körper Vitamin D überhaupt?**
Vitamin D ist ein **echtes Multitalent**: Es stärkt **Knochen und Zähne**, da es die Kalziumaufnahme reguliert und unterstützt das **Immunsystem**, was besonders in der Erkältungssaison wichtig ist. Darüber hinaus wirkt es **stimmungsaufhellend** – ein natürlicher Schutz gegen den Herbstblues. Vitamin D ist auch an der **Muskelfunktion** beteiligt und hilft, Energie und Ausdauer zu erhalten.
- 3. So tanken Sie jetzt Vitamin D – ganzheitlich gedacht**
Nutzen Sie das verfügbare Licht: Gehen Sie täglich ins Freie – am besten zwischen 11 und 15 Uhr. Auch bei Wolken bekommt Ihr Körper **Lichtimpulse**, die guttun. Eine **gezielte Vitamin-D-Ergänzung** kann ab Herbst sinnvoll sein – am besten nach Rücksprache mit Ihrer Heilpraktikerin oder Ihrem Arzt, ggf. nach einer Blutwertkontrolle. Da Vitamin D **fettlöslich** ist, helfen Avocado, Nüsse, hochwertige Pflanzenöle oder auch ein gutes Fischgericht bei der optimalen Aufnahme.
- 4. Den Körper auf den Herbst einstimmen – mit sanfter Unterstützung aus der Natur**
Wärmende Gewürze wie Ingwer, Kurkuma oder Zimt regen den Stoffwechsel an und wirken innerlich stärkend. **Bewegung an der frischen Luft** bringt den Kreislauf in Schwung und vertreibt Trägheit, während **Atemübungen oder kleine Meditationspausen** helfen, gelassen und innerlich zentriert in die dunklere Jahreszeit zu gehen.

Mein Tipp: Ich stelle mir im Herbst gern ein warmes Getränk aus Hafermilch, Kurkuma, Ingwer, etwas Honig und einem Hauch Zimt her – meine persönliche „**Goldene Milch**“. Sie wärmt nicht nur, sondern tut auch der Seele gut.

Mit ein paar achtsamen Ritualen und gezielter Unterstützung bleiben Sie auch im Herbst **vital, ausgeglichen** – und gut gerüstet für alles, was die kühlere Jahreszeit mit sich bringt.

*/** Gültig bis 17.09.2025. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen, Abo-Angeboten und Therapeuten-Rabatt, außer mit Club-Rabatten und dem Angebot des Monats. Nicht auf den Kauf von Büchern und Bücher-Sets anwendbar.



Der Mondkalender

ALS UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG

Glauben auch Sie an den Einfluss des Mondes auf unser Leben? Gerade bei planbaren Terminen richten sich viele Menschen nach dem Mondkalender. Sie legen Friseurtermine, den Start einer Diät oder planbare Zahnarztbesuche auf sogenannte mondgünstige Tage.

Die kompakte Monatsübersicht für Oktober (siehe Rückseite) enthält die wichtigsten Informationen zu Mondphasen, Sternzeichentagen und möglichen Einflüssen auf Alltagsaktivitäten.



DIE MONDPHASEN:

-  Zunehmender Mond
-  Abnehmender Mond
-  Vollmond
-  Neumond

Wichtige Hinweise: Die Inhalte des Mondkalenders dienen ausschließlich der allgemeinen Information und der Unterhaltung. Die Bärbel Drexel GmbH übernimmt keine Haftung für Resultate oder Schäden aller Art, die aus dem nicht bestimmungsgemäßen Gebrauch der Inhalte resultieren. In Akutsituationen sollte mit Operationen/ Zahnbehandlungen etc. keinesfalls auf einen günstigeren Mondeinfluss gewartet werden. Die Informationen des Mondkalenders ersetzen keinesfalls die professionelle Beratung durch einen Arzt. Suchen Sie bei medizinischen Problemen einen Arzt auf.



Und falls Sie noch keine Mondkalender-Erfahrung haben: ausführlichere Erläuterungen gibt's auf www.baerbel-drexel.de/mondkalender

Auswählen, notieren und Wünsche erfüllen ...

Bestell-Telefon

08276 - 518 400

Mo. - Fr. 8 bis 20 Uhr | Sa., So. 9 bis 19 Uhr

Service & Beratung

08276 - 518 100

Mo. - Fr. 8 bis 18 Uhr

Online-Shop

www.baerbel-drexel.de

BESTELLKARTE

Vorname Name	Kunden-Nummer
Straße Hausnummer	Geburtsdatum (bei Rechnungskauf) ²
PLZ Ort	Telefon für evtl. Rückfragen
Name der Bank ³	IBAN ³
BIC ³	Datum Unterschrift

Zahlung per: Rechnung Bankeinzug³

Gleich mitbestellen!

**VITAMIN D3
1.000 IE + K2
IN MCT-ÖL
TROPFEN, 10 ml**



Artikel-Nr.	Artikel	Menge	Preis
80002	VITAMIN D3 1.000 IE + K2 IN MCT-ÖL TROPFEN	1	12,90€

Gesamtpreis in €

² Angabe nur bei Rechnungskauf erforderlich. Bei Angabe Ihres Geburtsdatums erhalten Sie von uns zu Ihrem

Geburtsstag eine kleine Überraschung.

³ Angaben nur bei Bankeinzug erforderlich

Vitamin D - Die Kraft der Sonne für den Herbst bewahren

VITAMIN D3 800 I.E.
PRESSLINGE, 40g, 100 Stück

- Vitamin D3 aus veganer Quelle (essbare Flechten), für **Veganer** geeignet
- **800 IE (=20µg)** Vitamin D3 **pro Pressling**
- ideal für Menschen, die jeden Tag Vitamin D3 supplementieren möchten und so das ganze Jahr hindurch ihren Vitamin D-Spiegel aufrechterhalten wollen
- Reichweite 100 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 72036
1 x 100 Stück
19,90€
(549,75€/1 kg)



FÜR
VEGANER
GEEIGNET

VITAMIN D3 1.000 IE + K2 IN MCT-ÖL
TROPFEN, 10ml

EINFACHE,
PRAKTISCHE
EINNAHME



- Vitamin D3 optimal dosiert, für **Vegetarier** geeignet
- **1000 IE (=25µg)** Vitamin D3 **pro Tropfen**
- plus Vitamin K2 (10µg/Tropfen) zum Erhalt normaler Knochen
- hohe Bioverfügbarkeit: Die fettlöslichen Vitamine D3 und K2 sind bereits in hochwertigem MCT-Öl aus Kokosöl und zusätzlich in Olivenöl gelöst
- leicht an den individuellen Bedarf anpassbar
- ideal für Menschen, die sich kaum im Freien aufhalten und auch im Sommer die Haut bedeckt haben
- für Menschen, die jeden Tag oder jeden 2. Tag Vitamin D3 supplementieren möchten
- sinnvoll auch für Menschen, die den Knochenerhalt unterstützen wollen (z.B. ältere Menschen)



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80002
1 x 10 ml
12,90€
(999,00€/1 l)

VITAMIN D3 WOCHENDEPOT 5000 I.E.
KAPSELN, 17g, 90 Stück

- Vitamin D3 hochdosiert, für **Vegetarier** geeignet
- **5000 IE (=125µg)** Vitamin D3 **pro Kapsel**
- Ideal für Menschen, die nicht jeden Tag an eine Einnahme denken wollen, sondern eine praktische Wochenportion bevorzugen
- Reichweite: 90 Wochen



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79457
1 x 90 Stück
~~23,99€~~
13,19€
(1411,18€/1 kg)

-45%



NUR **EINE**
KAPSEL
PRO WOCHE

Vitamin D – Die Kraft der Sonne für den Herbst bewahren

Die ersten goldenen Herbsttage sind da – Zeit für gemütliche Spaziergänge, warme Pullover und heiße Tees. Doch während wir die romantische Jahreszeit in vollen Zügen genießen, durchläuft unser Körper eine **stille Veränderung**. Mit jedem Tag, der kürzer wird, produziert unsere Haut **weniger von dem lebenswichtigen Sonnenvitamin D**.

Schon ab Oktober reicht die sanfte Herbstsonne nicht mehr aus, um unseren **Vitamin-D-Speicher aufzufüllen**. Was im Sommer noch mühelos funktionierte – ein kurzer Spaziergang in der Mittagspause, das Sonnenbad auf der Terrasse – verliert nun seine Wirkung. Selbst an strahlend schönen Oktobertagen kann unser Körper kaum noch das wichtige Vitamin selbst herstellen.

Die ersten Signale sind oft subtil: **Morgendliche Müdigkeit**, die auch der dritte Kaffee nicht vertreibt. Eine melancholische Stimmung, die sich wie ein leichter Schleier über den Tag legt. **Häufigere Erkältungen**, obwohl man doch eigentlich gesund lebt. Was viele als natürliche Wintermüdigkeit abtun, kann ein Zeichen dafür sein, dass die **Vitamin-D-Speicher** nach den Sommermonaten langsam zur Neige gehen. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass **über 60% aller Deutschen unzureichend** mit diesem Schlüsselvitamin versorgt sind – besonders gegen Ende der kalten Jahreszeit, wenn die körpereigenen Depots aufgebraucht sind.

VITAMIN D – IHR UNSICHTBARER GESUNDHEITSPARTNER

Vitamin D ist weit mehr als nur ein Vitamin. Es ist ein **hormonähnlicher Alleskönner**, der praktisch jede Zelle Ihres Körpers beeinflusst.

Ihr Immunsystem profitiert enorm: Vitamin D **aktiviert die körpereigene Abwehr** und stärkt die natürlichen Schutzbarrieren gegen Krankheitserreger. Gleichzeitig sorgt es dafür, dass **Calcium optimal aufgenommen** wird – die Basis für starke Knochen bis ins hohe Alter.

IHR TÄGLICHER VITAMIN-D-BOOST UNTERSTÜTZT:

- **Die Zellregeneration:** Vitamin D hat eine Funktion bei der Zellteilung
- **Starke Abwehrkräfte:** Weniger Erkältungen und Infekte
- **Beweglichkeit:** Bessere Muskelkraft und Koordination

Besonders faszinierend: Vitamin D wirkt wie ein **natürlicher Stimmungsaufheller**. Es reguliert die Produktion von Serotonin – jenem Botenstoff, der uns ausgeglichen und zufrieden fühlen lässt. Menschen mit optimalen Vitamin-D-Werten schlafen nicht nur besser, sondern starten auch **energiegeladener in den Tag**.

WER BRAUCHT BESONDERE AUFMERKSAMKEIT?

Das moderne Leben macht uns alle zu **Vitamin-D-Kandidaten**. Wer kennt es nicht: Morgens im Dunkeln ins Büro, abends bei Dämmerlicht nach Hause. Menschen, die viel in geschlossenen Räumen arbeiten, haben **deutlich niedrigere Vitamin-D-Werte** als jene, die regelmäßig draußen sind.

Aktive Senioren sollten besonders achtsam sein: Mit zunehmendem Alter produziert die Haut deutlich weniger Vitamin D. Gleichzeitig steigt der Bedarf – ein Grund mehr, bewusst gegenzusteuern. Studien belegen, dass eine gute Vitamin-D-Versorgung das **Sturzrisiko reduzieren** und die Mobilität erhalten kann.

Menschen mit **dunklerer Haut** haben es in unseren Breitengraden schwerer: Das natürliche Melanin filtert die UV-B-Strahlung so stark, dass die Vitamin-D-Produktion erheblich reduziert sein kann. Sie sind daher häufiger von Vitamin-D-Mangel betroffen. Auch wer sich oft **müde und antriebslos** fühlt oder häufig kränktelt, sollte aufhorchen. Oft entsteht ein Teufelskreis: Vitamin-D-Mangel schwächt das Immunsystem, was zu mehr Infekten und anhaltender Erschöpfung führt. Menschen mit **Autoimmunerkrankungen** oder chronischen Beschwerden haben oft einen erhöhten

Bedarf an diesem wichtigen Nährstoff.

IHR WEG ZUR OPTIMALEN VITAMIN-D-VERSORGUNG

Die Herbst- und Wintersonne ist zwar wunderschön anzusehen, aber **leider zu schwach** für unsere Vitamin-D-Produktion. Zwischen Oktober und März findet in Deutschland **praktisch keine Hautsynthese** statt – selbst bei strahlendem Sonnenschein. Der Sonnenstand ist einfach zu niedrig, um die nötige UV-B-Strahlung zu liefern.

Auch die bewussteste Ernährung kann nur begrenzt helfen. Lachs, Makrele und andere fettreiche Fische sind zwar wertvolle Quellen, ebenso wie Lebertran oder angereicherte Lebensmittel. Doch selbst bei optimaler Auswahl decken sie **maximal 10-20% unseres Bedarfs**. Der Großteil muss über andere Wege zugeführt werden.

Hochwertige Vitamin-D3-Präparate bieten die elegante Lösung: Gezielte Dosierung, optimale Bioverfügbarkeit und die Sicherheit, dass Ihr Körper bekommt, was er braucht. Ernährungsexperten empfehlen für die dunklen Monate eine **tägliche Supplementierung** – ein Tropfen, eine kleine Kapsel oder ein Pressling für große Wirkung.

Profi-Tipp: Die Kombination mit **Vitamin K2** optimiert die Wirkung, da beide Vitamine als **Dreamteam** zusammenarbeiten und gemeinsam den **Calcium-Stoffwechsel regulieren**. Nehmen Sie Ihr **Vitamin D am besten zu einer fetthaltigen Mahlzeit ein** – das kann die Aufnahme erheblich steigern, da es sich um ein **fettlösliches Vitamin** handelt.

Lassen Sie Ihren **Vitamin-D-Spiegel checken** – ein einfacher Bluttest beim Arzt zeigt, wo Sie stehen. Der optimale Bereich liegt zwischen **30-50 ng/ml** im Blut. So können Sie gezielt supplementieren und gestärkt durch Herbst und Winter gehen.

Die richtige Dosierung ist **individuell verschieden** und hängt von verschiedenen Faktoren ab: Ihrem aktuellen Vitamin-D-Status, Ihrem Lebensstil, Ihrem Alter und Ihrer Hautfarbe. Während der dunklen Monate benötigen die meisten Erwachsenen **deutlich mehr** als die offiziellen Mindestempfehlungen, um optimale Blutspiegel zu erreichen.

DIE WISSENSCHAFT HINTER DEM SONNENVITAMIN

Vitamin D ist eigentlich **gar kein Vitamin** im klassischen Sinne, sondern die Vorstufe eines Hormons. Diese Erkenntnis revolutionierte das Verständnis der Wissenschaft für diesen besonderen Nährstoff. In unserem Körper wird Vitamin D in mehreren Schritten zu Calcitriol umgewandelt – der aktiven Hormonform, die an über 1000 Genen beteiligt ist.

Besonders beeindruckend: **Fast jede Körperzelle** besitzt Vita-

min-D-Rezeptoren. Das zeigt, wie fundamental wichtig dieser Nährstoff für unseren Organismus ist. Von der Regulation des Immunsystems über die Knochengesundheit bis hin zur Muskelfunktion – **Vitamin D ist überall im Einsatz**.

Neueste Forschungen zeigen sogar Zusammenhänge zwischen Vitamin-D-Status und **Herz-Kreislauf-Gesundheit**. Menschen mit optimalen Vitamin-D-Werten haben statistisch gesehen ein geringeres Risiko für verschiedene chronische Erkrankungen. Die Wissenschaft entdeckt immer neue Facetten dieses faszinierenden Nährstoffs.

MYTHEN UND FAKTEN RUND UM VITAMIN D

"Ein Spaziergang reicht aus" – leider ein weit verbreiteter Mythos. Selbst im Sommer müssten Sie täglich 15-30 Minuten in der Mittagssonne verbringen, um ausreichend Vitamin D zu produzieren. Im Winter ist das **schlichtweg unmöglich**, da die UV-B-Strahlung fehlt.

"Vitamin D ist nur für die Knochen wichtig" – ebenfalls überholt. Während die Rolle für die Knochengesundheit unbestritten ist, zeigt die moderne Forschung **viel weitreichendere Funktionen**. Das Immunsystem, die Muskulatur und sogar die Psyche profitieren von einer optimalen Versorgung.

"Zu viel Vitamin D ist gefährlich" – grundsätzlich richtig, aber in der Praxis selten relevant. Eine Überdosierung durch Sonnenlicht ist unmöglich, da der Körper die **Produktion selbst reguliert**. Bei Nahrungsergänzungsmitteln sind die empfohlenen Dosierungen so gewählt, dass sie sicher sind.

PRAKTISCHE TIPPS FÜR DEN ALLTAG

Nutzen Sie **jeden Sonnenstrahl** – auch im Herbst und Winter. Ein kurzer Spaziergang in der Mittagspause, das Gesicht der Sonne zugewandt, kann zumindest einen kleinen Beitrag leisten. **Jede Minute Tageslicht** ist wertvoll, auch wenn sie nicht für die Vitamin-D-Produktion ausreicht.

Achten Sie auf Ihre Ernährung: **Fettreiche Fische** wie Lachs, Makrele oder Hering sollten regelmäßig auf dem Speiseplan stehen. Auch Eier von freilaufenden Hühnern enthalten mehr Vitamin D als konventionelle Eier. **Pilze, besonders Shiitake**, sind eine der wenigen pflanzlichen Quellen.

Kombinieren Sie klug: Vitamin D wird am besten zusammen mit etwas Fett aufgenommen. Ein Löffel Olivenöl, eine Handvoll Nüsse oder ein Stück Avocado können die Aufnahme deutlich verbessern. Auch die Kombination mit **Vitamin K2 und Magnesium** optimiert die Wirkung.

Bleiben Sie dran: Vitamin D wirkt **nicht von heute auf morgen**. Es kann Wochen bis Monate dauern, bis sich die Speicher wieder füllen und Sie die positiven Effekte spüren. **Geduld und Kontinuität sind der Schlüssel zum Erfolg**.

Multivitamine für jeden Bedarf

MULTI ALL-IN-ONE FRAUEN 45 + PRESSLINGE, 45g, 60 Stück

- **All-in-One Lösung:** Mit 13 Vitaminen, 9 Mineralstoffen und Spurenelementen + Hopfen für eine tägliche Rundum-Versorgung
- speziell **abgestimmt auf die Bedürfnisse von Frauen ab 45:** Für mehr körperliche und geistige Energie¹ und Hormonbalance²
- mit einem Plus an: Vitamin D und Vitamin K2 für die Knochengesundheit Folsäure, Vitamin B12 und Vitamin B1 für die Gesundheit von Herz und Blutgefäßen
- Vitamin B2 für den Erhalt normaler Haut und Schleimhaut
- mit Hopfenextrakt für eine ruhige und angenehme Menopause

¹ mit Vitamin B3 und 12
² mit Vitamin B6

Art.-Nr. 80018
1 x 60 Stück
14,99€
(333,11 €/1 kg)



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

MULTI ALL-IN-ONE MÄNNER 45+ PRESSLINGE, 45g, 60 Stück

- **All-in-One Lösung:** Mit 13 Vitaminen, 9 Mineralstoffen und Spurenelementen + Kürbiskernextrakt für eine tägliche Rundum-Versorgung
- speziell **abgestimmt auf die Bedürfnisse des Mannes ab 45:** Für mehr körperliche und geistige Energie¹
- mit Kürbiskernextrakt für die Unterstützung von Blasen- und Prostatafunktion bei Männern
- mit erhöhtem Zinkanteil für gesundes und volles Haar, einen normalen Testosteronspiegel und eine normale geistige Leistung
- sinnvolle Versorgung mit Folsäure und Vitamin B12, die zu einem normalen Homocysteinestoffwechsel beitragen

¹ mit Vitamin B3 und 12
² mit Vitamin B6

Art.-Nr. 80020
1 x 60 Stück
14,99€
(333,11 €/1 kg)



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

MULTI ALL-IN-ONE 60+ PRESSLINGE, 45g, 60 Stück

- **All-in-One Lösung:** Mit 12 Vitaminen, 9 Mineralstoffen und Spurenelementen + Ginseng + Lutein für eine tägliche Rundum-Versorgung
- speziell **abgestimmt auf die Bedürfnisse ab 60:** Für mehr körperliche und geistige Energie¹
- optimale Versorgung mit allen B-Vitaminen, einschl. B12 sowie mit Zink und Chrom, um den Auswirkungen altersbedingter Veränderungen im Nährstoffhaushalt Rechnung zu tragen
- mit einem Plus an Jod für eine normale kognitive Funktion
- Vitamine C und E sowie Zink und Selen für einen altersangepassten Zellschutz
- mit Lutein und Ginseng für das älter werdende Auge und Gehirn
- Verzicht auf Vitamin K2, um Wechselwirkungen mit blutverdünnenden Medikamenten auszuschließen

¹ mit Vitamin B3 und 12
² mit Vitamin B6

Art.-Nr. 80022
1 x 60 Stück
14,99€
(333,11 €/1 kg)



LACTOSEFREI



VEGAN



Geschichten aus dem *Naturlabor*

Willkommen in unserem Naturlabor! Hier entstehen seit Jahren unsere bewährten Produkte – durch sorgfältige Auswahl natürlicher Inhaltsstoffe und durchdachte Rezepturen.

Entdecken Sie die Geschichten hinter Ihren vertrauten Begleitern und lernen Sie unsere Produkte von einer neuen Seite kennen – authentisch, informativ und immer nah an der Natur.

DIE MULTIVITAMIN & MINERALSTOFFE PRESSLINGE - EINBLICKE IN EINE DURCHDACHTE REZEPTUR

23 Vitamine und Mineralstoffe in einem einzigen Pressling – jeder Inhaltsstoff in unseren Multivitamin & Mineralstoffe Presslingen wurde sorgfältig ausgewählt. Die Kombination deckt den täglichen Bedarf an wichtigen Nährstoffen ab.

Unser **Vitamin C** stammt aus der Acerola-Kirsche – einer natürlichen Quelle statt synthetischer Herstellung. Die B-Vitamine liegen in bioaktiver Form vor, während wir bei den Mineralstoffen auf organisch gebundene Formen setzen.

Die **Dosierung** ist so gewählt, dass **bereits ein Pressling** täglich ausreicht, um den Körper mit allen enthaltenen Vitaminen und Mineralstoffen zu versorgen. Ein kompaktes Multivitamin-Präparat, das die **tägliche Nährstoffversorgung auf einfache Weise unterstützt**.

Unsere Schätze der Natur bekommen ein *neues Gewand*

Die bewährte Qualität unserer Produkte liefern wir Ihnen künftig in braunem Apothekerglas.



MULTIVITAMIN & MINERALSTOFFE PRESSLINGE, 72g, 120 Stück

- für die tägliche Versorgung mit lebenswichtigen Vitaminen und Mineralstoffen
- unterstützen die körperliche und geistige Gesundheit mit B-Vitaminen und tragen mit den Vitaminen A, C, D und Zink zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 76784
1 x 120 Stück
19,99€
(277,64€/1 kg)

Natürlich stark für Ihr Immunsystem

ATEMKRAFT MIT THYMIAN

SIRUP, 200 ml; inkl. Messbecher

- mit schleimlösenden Eigenschaften durch Thymian für einen freien Atem
- Reichweite: 7 Tage bei 3x 10ml pro Tag (nach dem Öffnen 6 Monate im Kühlschrank haltbar)



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 76719

1 x 200 ml

15,99€

(79,95€/1 l)



ATEMWEGS-
FUNKTIONEN
NATÜRLICH
UNTERSTÜTZEN
MIT THYMIAN

Zink und Selen sind zwei **essenzielle Spurenelemente**, die seit Jahrtausenden eine wichtige Rolle in der menschlichen Ernährung spielen. Was macht ihre Kombination so besonders? Diese beiden Nährstoffe ergänzen sich **auf natürliche Weise** - was das eine Element unterstützt, wird vom anderen weitergeführt.

WARUM ZINK + SELEN GEMEINSAM STÄRKER SIND:

- **Synergetische Wirkung:** Beide Spurenelemente verstärken sich gegenseitig in ihrer Funktion
- **Umfassende Unterstützung:** Gemeinsam tragen sie zu verschiedenen Körperprozessen bei

Unsere **durchdachte Rezeptur** vereint **natürlich gewonnene, selenreiche Hefe** mit hochwertigem **Zinkgluconat**. Diese sorgfältige Auswahl gewährleistet eine **ausgewogene Versorgung** mit beiden Spurenelementen in ihrer bestmöglichen Form.

Besonders wertvoll in fordernden Zeiten: Wenn der Alltag besonders herausfordernd ist, kann diese natürliche Kombination eine **sinnvolle Ergänzung** zur täglichen Ernährung darstellen.



ZINK + SELEN

PRESSLINGE, 52 g, 145 Stück

- zur Unterstützung des Immunsystems mit Zink und Selen
- bieten eine Basisversorgung mit antioxidativen Kräften zur Förderung der körperlichen Abwehr, das ganze Jahr über
- Reichweite: 145 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN

Art.-Nr. 70328

1 x 145 Stück

15,99€

(307,50€/1 kg)



KURKUMA PUR

KAPSELN, 28 g, 60 Stück

- hoch bioaktiver Curcugreen™ Kurkumawurzel-Extrakt
- hohe Bioverfügbarkeit durch Curcuminoid-Komplex mit ätherischen Ölen der Wurzel
- hoch dosiert: 230 mg Kurkuma-Extrakt mit mind. 198 mg Curcuminoiden pro Kapsel
- trägt u.a. zur Unterstützung der Leber- und - Gallenfunktion bei



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79282

1 x 60 Stück

34,99€

(1.249,64€/1 kg)

KURKUMA

PRESSLINGE, 90g, 180 Stück

- synergistische Kombination aus Kurkuma-Extrakt und Kurkumapulver
- plus Vitamin C für eine normale Funktion des Immunsystems, einen normalen Energiestoffwechsel und zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- Kurkuma und Grüne Minze helfen, die Verdauung zu erleichtern
- unterstützend bei schwerer/fetteicher Kost



LACTOSEFREI



VEGAN

Art.-Nr. 70387

1 x 180 Stück

15,99€

(157,44€/1 kg)



VORTEILSSET KURKUMA + INGWER KURKUMA + KURKUMA SANDDORN

KONZENTRAT, je 100 ml; inkl. Messbecher

- Das Vorteilsset enthält alle drei Geschmacksrichtungen unserer Kurkuma Konzentrate.
- Ob Kurkuma pur, mit Ingwer oder Sanddorn, jedes Konzentrat schmeckt lecker und erfrischend.
- Reichweite: 10 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

3 x 100ml

~~41,70€~~

33,36€

Art.-Nr. 79633

-20%

IM SET



30 Tage Geld zurück Garantie: Neben dem Kauf auf Rechnung bieten wir Ihnen eine kostenfreie Rücksendung und schnelle Erstattung des Kaufpreises.

www.baerbel-drexel.de Tel. 08276 / 518 400 (Mo – Fr 8 – 20 Uhr, Sa., So. 9 – 19 Uhr)

Spirulina – Das grüne Superfood mit Jahrtausendealter Tradition



Spirulina ist **weit mehr als nur ein modernes Superfood** – sie ist eine faszinierende Blaualge mit einer beeindruckenden Geschichte, die bis zu den Azteken zurückreicht. Schon damals erkannten die Menschen die **außergewöhnlichen Eigenschaften** dieser besonderen Alge und nutzten sie als wertvolle Nahrungsquelle.

Die **historischen Aufzeichnungen** zeigen, dass die Azteken Spirulina aus dem Texcoco-See ernteten und sie "Tecuitlatl" nannten. Spanische Eroberer berichteten von Märkten, auf denen **getrocknete Spirulina-Kuchen** wie kostbare Güter gehandelt wurden. Auch in Afrika hat Spirulina eine lange Tradition: Am Tschadsee sammeln die Kanembu seit Jahrhunderten die **natürlich vorkommende Alge**.

Botanisch gesehen ist Spirulina ein **einzigartiges Wesen**: Weder Pflanze noch Tier, sondern ein Cyanobakterium mit einer charakteristischen spiralförmigen Struktur, die ihr auch den Namen verleiht. Diese mikroskopisch kleine Alge betreibt **Photosynthese wie eine Pflanze** und benötigt nur die einfachsten Elemente zum Leben: Sonnenlicht, Wasser und Mineralstoffe. Diese Genügsamkeit macht sie zu einem der **nachhaltigsten Nahrungsmittel** unserer Zeit.

DIE WIEDERENTDECKUNG EINES NATURSCHATZES

In den 1960er Jahren erlebte Spirulina ihre **wissenschaftliche Wiederentdeckung**. Französische Forscher stießen bei Expeditionen in Afrika auf die traditionelle Nutzung der Alge und waren fasziniert von ihrem außergewöhnlichen Nährstoffprofil.

Die **NASA** erkannte früh das Potenzial von Spirulina für die Raumfahrt: Aufgrund ihrer hohen Nährstoffdichte und der einfachen Kultivierung wurde sie als **ideale Nahrungsquelle** für Langzeitmissionen erforscht. Spirulina benötigt im Vergleich zu herkömmlichen Proteinquellen deutlich weniger Wasser und Land, produziert dabei aber **20-mal mehr Protein** pro Quadratmeter als Soja.

REINHEIT UND QUALITÄT – UNSER VERSPRECHEN

Bei Bärbel Drexel setzen wir auf **höchste Qualitätsstandards** für unser Spirulina-Produkt. Unsere hochwertige Spirulina wird unter Bedingungen kultiviert, die mit dem ökologischen Landbau vergleichbar sind – ganz ohne den Einsatz von **Pestiziden oder anderen schädlichen Substanzen**.

WAS UNSERE SPIRULINA-QUALITÄT AUSZEICHNET:

- **Pestizidfreie Kultivierung:** Natürlicher Anbau ohne chemische Zusätze
- **Reinste Wasserqualität:** Optimale Umgebungsbedingungen für gesundes Wachstum
- **Strenge Kontrollen:** Regelmäßige Qualitätsprüfungen für Ihre Sicherheit
- **Nachhaltige Produktion:** Umweltschonende Herstellungsverfahren

Die **Reinheit des Wassers** und die sorgfältig kontrollierte Umgebung der Kultivierungsanlagen spielen eine entscheidende Rolle für die Qualität des Endprodukts. Durch regelmäßige Qualitätskontrollen garantieren wir Ihnen ein **sicheres und hochwertiges Produkt**, dem Sie vertrauen können.

EIN NÄHRSTOFFWUNDER DER NATUR

Was Spirulina wirklich außergewöhnlich macht, ist ihre **beeindruckende Nährstoffdichte**. Diese kleine Alge ist ein wahres Kraftpaket der Natur und übertrifft viele herkömmliche Nahrungsmittel bei weitem.

Besonders bemerkenswert ist der **außergewöhnlich hohe Proteingehalt** von Spirulina – sie besteht zu über 60% aus hochwertigem Protein und enthält dabei alle essentiellen Aminosäuren. Das macht sie zu einer **idealen Proteinquelle**, besonders für Vegetarier und Veganer.

Doch das ist nur der Anfang: Spirulina bietet ein **breites Spektrum an Vitaminen und Mineralstoffen**, die synergetisch zusammenwirken. Von B-Vitaminen über Eisen bis hin zu wertvollen Antioxidantien – diese Mikroalge ist ein **natürlicher Multivitamin-Komplex**.

Ein besonderer Schatz in Spirulina ist **Phycocyanin** – ein einzigartiges blaues Pigment, das der Alge ihre charakteristische Farbe verleiht. Dieses kraftvolle Antioxidans ist in der Natur äußerst selten und macht Spirulina zu etwas ganz Besonderem.

Die einzigartige Zusammensetzung macht Spirulina zu einem **idealen Begleiter** für Menschen, die ihre Ernährung auf natürliche Weise bereichern möchten. Ob als morgendlicher Energie-Boost, zur Unterstützung einer ausgewogenen Ernährung oder als natürliche Proteinquelle – Spirulina passt perfekt in einen **bewussten, gesunden Lebensstil**.

Online: Ergänzende Informationen zu jedem Produkt finden Sie online unter www.baerbel-drexel.de. Irrtümer, Druck- und Schreibfehler vorbehalten.

Preise und Versand: Alle Preise sind inkl. **Mehrwertsteuer** (Deutschland); zzgl. Versandkosten nur 2,90€, **versandkostenfrei ab 80 € und für Club-Mitglieder**.

SPIRULINA

PRESSLINGE NACHFÜLLPACKUNG

260g, 650 Stück

- optimale tägliche Versorgung mit einem reichhaltigen und ausgewogenen Nährstoffspektrum
- reich an stärkenden Proteinen und lebenswichtigen Mineralstoffen und Spurenelementen, u. a. mit Vitamin A, Eisen und B12
- trägt mit Vitamin A aus natürlichem Beta-Carotin (Provitamin A) zum Erhalt normaler Schleimhäute und zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- Reichweite: 109 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 10844

1 x 650 Stück

~~49,99€~~

34,99€

(134,58€/1 kg)

-30%



BASIS-PRODUKT

PRODUKTBEWERTUNG



„Nehme Spirulina schon seit vielen Jahren und gehört für mich einfach täglich dazu. Möchte sie nicht mehr missen. Bin damit definitiv gut gerüstet wenn die Erkältungswelle wieder kommt. Mit OPC für mich sehr sinnvoll, um auch meiner Haut etwas Gutes zu tun.“

Simone



FÜR SPEZIELLE BEDÜRFNISSE

SPIRULINA UND OPC

PRESSLINGE, 144g, 360 Stück

- rundum „Happy-Aging“ mit dem Besten aus 2 Superfoods
- hohe Nährstoffdichte von Spirulina gepaart mit dem Wirkungsspektrum von OPC aus Traubenkernen
- OPC trägt zum Schutz vor oxidativem Stress durch freie Radikale bei
- Vitamin A aus natürlichem Beta-Carotin (enthalten in Spirulina) trägt zum Erhalt normaler Haut bei



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78796

1 x 360 Stück

28,99€

(201,32€/1 kg)

Spirulina & Chlorella – Doppelte grüne Kraft

BIO SPIRULINA & CHLORELLA

PRESSLINGE, 162g, 270 Stück

- Nährstoffreichtum durch Proteine, Vitamine, Mineralstoffe, Antioxidantien, essenzielle Fettsäuren und Chlorophyll
- Optimale Größe der Presslinge und damit leicht einzunehmen
- Jeder Pressling = 100 % Spirulina und Chlorella im Verhältnis 2:1
- 3.000 mg Spirulina pro Tag und 1.500 mg Chlorella pro Tag
- Ohne Füllstoffe oder Zusatzstoffe und in Rohkost-Qualität
- Vorteile von Spirulina und Chlorella in 2-in-1-Produkt kombiniert
- Optimal dosiert
- 100 % Bio-Qualität und naturreine Qualität
- Wertvolle und umfassende Ergänzung für ausgewogene Ernährung



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80189

1 x 270 Stück

24,99€

(154,26 €/1 kg)



PRODUKTBEWERTUNG



„Kaufe seit Jahren bei Bärbel Drexel und bin nie enttäuscht. Diese Algen-Presslinge nehm ich jetzt seit 2 Monaten und finde sie super für meine Verdauung. Kann sie nur empfehlen! Die große Packung reicht auch schön lange und man spart was.“

Ingrid



BIO-CHLORELLA

PRESSLINGE, 144 g, 360 Stück

- hoher Chlorophyllgehalt: Chlorella kann Fremdstoffe in Form von Chelaten binden
- hoher Gehalt an Ballaststoffen: Ballaststoffe fördern die Beweglichkeit des Darms
- Chlorella unterstützt die Ausscheidungsfunktionen von Leber und Darm
- sorgen mit ihrer garantierten Reinheit und höchster Qualität für eine sehr gute Nährstoffversorgung und mehr Vitalität



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art. Nr. 70340

1 x 360 Stück

23,90€

(165,97€/1 kg)

After Summer Reset – Natürlich zurück in Balance



Die letzten warmen Augusttage sind vorbei, und der September begrüßt uns mit seiner besonderen Energie des Neubeginns. Nach Wochen voller Grillabende, erfrischender Cocktails und entspannter Urlaubstage spüren viele von uns jetzt die Auswirkungen dieser genussvollen Sommerzeit.

Müdigkeit am Morgen, ein trübes Gefühl nach dem Essen oder einfach das Bedürfnis, wieder mehr Energie zu haben - der Körper sendet klare Signale, dass er sich nach einem natürlichen Reset sehnt.

WARUM DER KÖRPER JETZT UNTERSTÜTZUNG BRAUCHT

Nach den intensiven Sommermonaten arbeitet unser Stoffwechsel noch immer auf Hochtouren. Die Leber, unser zentrales Stoffwechselorgan, hat besonders viel zu tun gehabt. Der frühe Herbst signalisiert unserem Körper natürlicherweise eine Umstellungsphase.

Typische September-Signale für einen nötigen Reset:

- Morgendliche Trägheit trotz strukturierterer Tage
- Verdauungsbeschwerden nach reichhaltigen Sommermahlzeiten
- Energielosigkeit - der Sommerschwung lässt nach
- Hautprobleme durch Sonne, Chlor und veränderte Ernährung
- Unregelmäßiger Rhythmus nach der entspannten Urlaubszeit

NATÜRLICHE HELFER FÜR DEN SEPTEMBER-RESET

Die Natur stellt uns wunderbare Unterstützer zur Verfügung, die seit Jahrhunderten für ihre besonderen Eigenschaften geschätzt werden.

Mariendistel ist seit der Antike als Leberpflanze bekannt - besonders nach den genussreichen Sommermonaten eine wertvolle Unterstützung für die normale Leberfunktion.

Löwenzahn wird traditionell als Herbstkraut geschätzt. Seine bitteren Pflanzenstoffe regen die natürlichen Körperfunktionen an.

Artischocke unterstützt die normale Verdauung nach reichhaltigen Mahlzeiten.

IHR SANFTER SEPTEMBER-WEG ZURÜCK ZUR BALANCE

Ein erfolgreicher September-Reset nutzt die **natürliche Aufbruchenergie dieses Monats**. Der Schlüssel liegt in der Kombination aus bewusster Ernährung und gezielter Unterstützung durch natürliche Pflanzenkraft.

Nutzen Sie die September-Motivation: Beginnen Sie den Tag bewusst mit einem Glas warmes Wasser mit Zitrone, um die natürlichen Körperfunktionen sanft zu aktivieren.

Profitieren Sie von der Herbsterte: Der September bietet eine Fülle an frischem Gemüse - von Kürbis über Rote Bete bis hin zu knackigen Äpfeln.

PRAKTISCHE SEPTEMBER-RESET-TIPPS:

- **Mehr trinken:** 2-3 Liter Wasser oder wärmende Kräutertees
- **Saisonale Ernährung:** Nutzen Sie die Herbsterte für nährstoffreiche Mahlzeiten
- **Regelmäßigkeit:** Feste Essens- und Schlafzeiten nach der lockeren Sommerzeit
- **Sanfte Bewegung:** Herbstspaziergänge an der frischen Luft
- **Bewusste Übergänge:** Geben Sie Ihrem Körper Zeit für den neuen Rhythmus

SEPTEMBER-ENERGIE FÜR NEUE VITALITÄT

Ein **September-Reset ist der perfekte Brückenschlag zwischen entspannter Sommerzeit und energievолlem Herbst**. Geben Sie sich die ersten Septemberwochen für diesen sanften Übergang - Ihr Körper braucht meist 2-4 Wochen, um sich an neue Routinen zu gewöhnen.

Der September bietet mit seiner einzigartigen Mischung aus Sommerwärme und Herbstfrische **ideale Bedingungen für einen sanften Reset**. Nutzen Sie diese besondere Zeit, um Ihrem Körper die Unterstützung zu geben, die er nach den intensiven Sommermonaten verdient hat.

Stoffwechsel *natürlich* in Schwung bringen



BLUTZUCKER BALANCE

PRESSLINGE, 86g, 216 Stück

- Chrom trägt zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei
- Zink trägt zu einem normalen Kohlenhydratstoffwechsel bei
- mit Zimt zur Unterstützung eines normalen Zuckerstoffwechsels
- Reichweite: 36 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 69973
1 x 216 Stück
23,99€
(257,70€/1 kg)

METABOL GLUCO BALANCE

KAPSELN, 34,5g, 60 Stück

- mit wertvollen Inhaltsstoffen wie indischem Berberitzen Extrakt, Weißer Maulbeerblatt-Extrakt, Schwarzer Pfeffer Extrakt und organischem Chrompicolinat
- unterstützt mit Weißem Maulbeerblatt-Extrakt ausgeglichene Blutzuckerwerte für weniger Heißhunger und ein verstärktes Sättigungsgefühl
- Chrom trägt zur Aufrechterhaltung des Blutzuckerspiegels und zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80339
1 x 60 Stück
43,99€
(1.275,07€/1 kg)



MIT
MARIENDISTEL
UND
ARTISCHOCKE



LEBER-VITAL

PRESSLINGE, 54g, 108 Stück

- Artischocke, Mariendistel und Schisandra zur **Unterstützung der normalen Leberfunktion**
- bitterstoffhaltige Kräuter wie Galgant, Tausendgüldenkraut und Erdrauch erleichtern die Verdauung
- Reichweite: 36 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70312
1 x 108 Stück
14,99€
(277,59€/1 kg)



LEBER AKTIV 5-IN-1
KAPSELN, 39 g, 60 Stück

- VitaCholine® ist Cholin gebunden an Bitartrat (Weinsäure) aus natürlicher Weinproduktion, das zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion und zu einem normalen Fettstoffwechsel beiträgt
- Artischockenblattextrakt erhält eine gesunde Leber aufrecht
- Mariendisteleextrakt unterstützt die Lebergesundheit
- Ingwerextrakt hilft die Verdauung zu unterstützen
- abgerundet mit Schwarzem Pfefferextrakt, Vitamin E, Zink und Selen



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78758
1 x 60 Stück
29,99€
(833,06€/1 kg)

Schilddrüse Set



~~36,98€~~
25,89€
Art.-Nr. 80334

-30%
IM SET

JOD NATURREIN

PRESSLINGE, 43 g, 108 Stück

- helfen, eine ausgeglichene Jodversorgung zu unterstützen
- mit besonders gut bioverfügbarem Jod aus hochwertigen Braunalgen
- präzise dosierbar mit 51 µg Jod pro Pressling
- Jod trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion, zu einer normalen kognitiven Funktion und zum Erhalt normaler Haut bei
- ideal für Menschen, die auf Seefisch verzichten
- Reichweite: 54 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

SCHILDDRÜSE PRO

PRESSLINGE, 50 g, 125 Stück

- mit **Selen**, welches zu einer normalen Schilddrüsenfunktion und zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress beiträgt
- mit traditioneller **Kräutermischung** aus Melisse, Eisenkraut und Tyrosin-haltiger Alfalfa (Luzerne). Die Aminosäure Tyrosin ist ein wesentlicher Bestandteil der Schilddrüsenhormone
- **Vitamin D** unterstützt normale Calciumspiegel im Blut
- Reichweite: 62 bis 125 Tage



GLUTENFREI



Darmgesundheit nach dem Sommer



Die herrlichen Sommermonate liegen hinter uns – voller **spon-taner Grillabende, erfrischender Cocktails** und **süßer Urlaubsversuchungen**. Doch jetzt meldet sich oft unser Verdauungssystem mit deutlichen Signalen: **Völlegefühl, Unwohlsein nach dem Essen** oder einfach das Gefühl, dass die gewohnte Balance fehlt.

Nach Wochen mit **reichhaltigeren Speisen** und **unregelmäßigeren Essenszeiten** sehnt sich unser Darm nach Ruhe und Regeneration. Die entspannte Urlaubszeit war wunderbar für die Seele – aber unser **Verdauungssystem braucht jetzt sanfte Unterstützung**.

WARUM DER DARM NACH DEM SOMMER BESONDERE AUF-MERKSAMKEIT BRAUCHT

Unser Verdauungssystem ist ein **sensibles Gleichgewicht** aus regelmäßigen Mahlzeiten, ausgewogener Ernährung und entspannten Essgewohnheiten. Der Sommer kann dieses Gleichgewicht durcheinanderbringen.

HÄUFIGE HERAUSFORDERUNGEN NACH DEM SOMMER:

- **Unregelmäßige Verdauung:** Der Darm hat seinen Rhythmus verloren
- **Völlegefühl:** Reichhaltige Mahlzeiten belasten das System
- **Blähungen:** Ungewohnte Speisen führen zu Unwohlsein
- **Träge Verdauung:** Weniger Bewegung wirkt nach

Die gute Nachricht: Mit **sanften, natürlichen Methoden** können Sie Ihrem Darm liebevoll helfen, wieder zur Balance zu finden.

BEWÄHRTE NATURHELPER FÜR DIE DARMBALANCE

Die traditionelle Pflanzenheilkunde kennt seit Jahrhunderten **sanfte Helfer** für das Verdauungssystem: **Bitterstoffe** sind die vergessenen Helden der Verdauung. Sie regen die **natürliche Produktion von Verdauungssäften** an und bringen träge Verdauung wieder in Schwung. **Löwenzahn, Artischocke** oder **Enzian** aktivieren Ihre körpereigenen Verdauungskräfte.

Fenchel ist seit jeher als **sanfter Darmfreund** bekannt. Seine ätherischen Öle werden traditionell bei Völlegefühl und Blähungen geschätzt.

Kümmel wird seit Jahrtausenden für seine **verdauungsfördernden Eigenschaften** geschätzt – besonders bei schwer verdaulichen Speisen.

Kamille wirkt traditionell **beruhigend auf Magen und Darm** und ist ideal, wenn das Verdauungssystem nach Entspannung verlangt.

SANFTE RÜCKKEHR ZU GESUNDEN GEWOHNHEITEN

Ein erfolgreicher Übergang nach dem Sommer beginnt mit **kleinen, bewussten Schritten**. Ihr Darm braucht Zeit, sich an neue Routinen zu gewöhnen.

Regelmäßige Mahlzeiten sind der erste Schritt: Versuchen Sie, wieder **feste Essenszeiten** einzuführen. Ihr Verdauungssystem liebt Routine und kann sich so besser auf die Verdauungsarbeit einstellen. **Bewusstes Essen** hilft enorm: Nehmen Sie sich **Zeit für Ihre Mahlzeiten**, kauen Sie langsam und gründlich. Das gründliche Kauen ist der erste Schritt der Verdauung und entlastet den Darm erheblich.

Ausreichend trinken unterstützt alle Verdauungsprozesse: **2-3 Liter Wasser** oder ungesüßte Kräutertees täglich helfen dem Darm bei seiner Arbeit.

PRAKTISCHE TIPPS FÜR DIE DARM-BALANCE:

- **Langsam umstellen:** Geben Sie Ihrem Darm 2-3 Wochen Zeit
- **Ballaststoffe erhöhen:** Vollkorn, Gemüse und Obst schrittweise einführen
- **Probiotische Lebensmittel:** Joghurt, Kefir oder Sauerkraut unterstützend
- **Stress reduzieren:** Entspannung fördert gesunde Verdauung
- **Bewegung integrieren:** Spaziergänge nach dem Essen aktivieren die Verdauung

NATÜRLICHE UNTERSTÜTZUNG

Hochwertige Nahrungsergänzungsmittel mit bewährten Darmkräutern können Ihren sanften Übergang wertvolle begleiten. **Kombinationspräparate** aus verschiedenen traditionellen Kräutern nutzen die synergistischen Effekte der Pflanzen. Geben Sie Ihrem Darm Zeit: **Echte Verbesserungen** brauchen meist 2-4 Wochen. Die sanfte Rückkehr zur Balance ist nachhaltiger als schnelle, drastische Maßnahmen.



DARMBAKTERIEN MIT 6 KULTUREN

KAPSELN, 34g, 60 Stück

- einzigartige Kombination von 6 speziell ausgewählten Bakterienkulturen (6 Mrd. Darmbakterien pro Kapsel)
- die **pflanzliche** Kapselhülle bringt die Bakterienstämme gezielt in die **Darmschleimhaut**
- mit Zink, Vitamin C und D3, die zu einer normalen Funktion des Immunsystems beitragen
- Reichweite: 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 73154

1 x 60 Stück

26,99€

(793,82 €/1 kg)

DARM BALLASTSTOFFE MIT INULIN

KAUPRESSLINGE KIRSCH-ORANGE, 140g, 280 Stück

- zur Unterstützung einer ballaststoffreichen Ernährungsweise
- mit wertvollen, löslichen Ballaststoffen aus Zichorienwurzel, Akazienbaum und indischer Guarbohne
- Nahrung für die positiven Darmbakterien
- Reichweite: 18 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 72350

1 x 280 Stück

16,99€

(121,36€/1 kg)



DARM BALANCE PLUS

SACHET, 21 Stück

- 9 aktive, vielfältige Bakterienkulturen: sorgfältig ausgewählte Darmbakterien
- Flohsamenschalen tragen mit natürlichen Ballaststoffen zur Förderung der Darmtätigkeit und zum Erhalt eines gesunden Darms bei
- Ingwer unterstützt die Verdauung und normale Funktion des Verdauungstraktes
- Reichweite: 21 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80236

1 x 21 Stück

29,99€

(238,02€/1 kg)

Nahrungsmittelunverträglichkeiten – Wenn das Essen zum Problem wird

Blähungen nach dem Frühstück, Unwohlsein nach der Lieblingspasta oder Müdigkeit nach dem Mittagessen - immer mehr Menschen bemerken, dass bestimmte Lebensmittel ihnen nicht gut bekommen. Was früher problemlos vertragen wurde, sorgt plötzlich für Beschwerden und Unwohlsein.

Nahrungsmittelunverträglichkeiten sind zu einem **weit verbreiteten Phänomen** geworden. Ob Laktose, Gluten, Fruktose oder andere Inhaltsstoffe - der Körper reagiert mit deutlichen Signalen, wenn er bestimmte Nahrungsbestandteile nicht optimal verarbeiten kann.

Die Ursachen sind vielfältig: Stress, unregelmäßige Essgewohnheiten, verarbeitete Lebensmittel und auch das natürliche Älterwerden können dazu führen, dass unser Verdauungssystem sensibler wird. Besonders nach intensiven Phasen wie dem Sommer mit veränderten Essgewohnheiten können sich Unverträglichkeiten verstärkt bemerkbar machen.

TYPISCHE ANZEICHEN ERKENNEN

Verdauungsbeschwerden sind die häufigsten Anzeichen: Völlegefühl, Blähungen, Bauchschmerzen oder veränderte Stuhlgewohnheiten nach bestimmten Mahlzeiten. Doch auch unspezifische Symptome wie Müdigkeit, Kopfschmerzen oder Hautprobleme können auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten hinweisen.

HÄUFIGE UNVERTRÄGLICHKEITEN UND IHRE AUSLÖSER:

- **Laktoseintoleranz:** Milch und Milchprodukte führen zu Beschwerden
- **Glutenunverträglichkeit:** Weizen, Roggen und andere glutenhaltige Getreide bereiten Probleme
- **Fruktosemalabsorption:** Obst und süße Lebensmittel werden schlecht vertragen
- **Histaminintoleranz:** Gereifter Käse, Wein oder Tomaten lösen Reaktionen aus

Wichtig: Bei anhaltenden Beschwerden sollten Sie unbedingt einen Arzt oder Ernährungsberater konsultieren. Eine professionelle Diagnose ist der erste Schritt zu mehr Wohlbefinden.

NATÜRLICHE UNTERSTÜTZUNG FÜR SENSIBLE BÄUCHE

Während die Meidung der Auslöser die wichtigste Maßnahme ist, können natürliche Helfer das Verdauungssystem sanft unterstützen:

- **Enzympräparate** können bei bestimmten Unverträglichkeiten unterstützend wirken. Laktase bei Laktoseintoleranz oder spezielle Verdauungsenzyme können die Aufspaltung problematischer Nahrungsbestandteile erleichtern.
- **Beruhigende Kräuter** wie Kamille, Fenchel oder Kümmel werden traditionell bei Verdauungsbeschwerden geschätzt.
- **Probiotische Kulturen** können helfen, die Darmflora zu stärken und das Verdauungssystem widerstandsfähiger zu machen. Eine gesunde Darmflora ist oft besser in der Lage, mit problematischen Nahrungsbestandteilen umzugehen.

PRAKTISCHE TIPPS FÜR DEN ALLTAG

- **Führen Sie ein Ernährungstagebuch:** Notieren Sie, was Sie essen und wie Sie sich danach fühlen. So können Sie Muster erkennen und problematische Lebensmittel identifizieren.
- **Essen Sie bewusst und langsam:** Gründliches Kauen und entspanntes Essen entlasten das Verdauungssystem und können Beschwerden reduzieren.
- **Probieren Sie Alternativen:** Laktosefreie Milchprodukte, glutenfreie Getreide oder fruktosearme Obstsorten können leckere Alternativen zu problematischen Lebensmitteln sein.
- **Stress reduzieren:** Chronischer Stress kann Nahrungsmittelunverträglichkeiten verstärken. Entspannungstechniken und regelmäßige Pausen tun auch dem Verdauungssystem gut.

Mit Geduld, bewusster Ernährung und natürlicher Unterstützung können Sie lernen, trotz Nahrungsmittelunverträglichkeiten genussvoll und beschwerdefrei zu essen.

DARM CARE MIT WEIHRACH, BLUTWURZ, MELISSE UND VITAMIN B2

PRESSLINGE, 90g, 180 Stück

- Weihrauch unterstützt die Darmgesundheit
- Vitamin B2 trägt zum Erhalt normaler Schleimhäute bei
- mit L-Glutamin, einem wichtigen Nährstoff für die Zellen der Darmschleimhaut
- Melisse trägt zur normalen Funktion des Darmtraktes bei
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70953
1 x 180 Stück
21,99€
(244,33€/1 kg)



MIT WEIHRACH,
L-GLUTAMIN UND
MELISSE

Natürliche Unterstützung für Ihren Magen

PRODUKTBEWERTUNG



„Seitdem wir für unser Immunsystem mehr tun, haben wir kaum schwere Erkältungen, mal einen Schnupfen und ein bisschen Husten. Ansonsten toi toi toi nichts mehr. Kann ich nur empfehlen.“

Sabine M.



MIT INGWER
UND KURKUMA-
EXTRAKT

KURKUMA-INGWER PRESSLINGE, 90g, 180 Stück

- Kurkuma, Ingwer, Vitamin C und D weisen beruhigende Eigenschaften auf Muskeln und Gelenke auf
- können das subjektive Schmerzempfinden mit Kurkuma, Ingwer und Vitamin C und D beeinflussen
- Reichweite: 46 Tage



Art.-Nr. 66289
1 x 180 Stück
23,99€
(266,56€/1 kg)

MAGENBALSAM MIT MALVE UND SÜSSHOLZ KRÄUTERKONZENTRAT, 250ml; inkl. Messbecher

- Mit Malve zur Unterstützung der Magen-Darm-Gesundheit
- Kräuterauszüge aus Süßholz helfen, die Magenschleimhautfunktion aufrechtzuerhalten
- Reichweite: 25 Tage



Art.-Nr. 63529
1 x 250 ml
19,99€
(79,96€/1 l)

MIT
SÜSSHOLZ UND
MALVE



Rundum Versorgung für Herz- und Kreislauf



-30% IM SET
MIT COENZYM Q10
ART.-NR.: 80279
FÜR 27,29€



HERZ VITAL
PRESSLINGE, 64g, 160 Stück

- Weißdorn unterstützt die Herzfunktionen und hilft, die Leistungsfähigkeit des Herzens zu erhalten
- mit **patentiertem Vitamin B1 reichen Pflanzenextrakt** (RGen-B's). Vitamin B1 (Thiamin) trägt zu einer normalen Herzfunktion bei.
- mit Herzgespannkräut für einen normalen Herzrhythmus insbesondere in stressigen und nervösen Phasen
- Reichweite: 80 Tage



Art.-Nr.71942
1 x 160 Stück
24,99€
(390,47€/1 kg)

CHOLESTERIN FIT
PRESSLINGE, 50 g, 125 Stück

- zur **natürlichen Unterstützung eines normalen Cholesterinspiegels und normaler Blutfettwerte** mit Artischocke
- mit Apfelpektin und löslichen Ballaststoffen aus Hafer
- Reichweite: 32 Tage



Art.-Nr. 70592
1 x 125 Stück
19,99€
(399,80€/1 kg)

MIT **BITTERSTOFFEN**
AUS DER
ARTISCHOCKE



HERZ & KREISLAUF
KAPSELN, 19 g, 30 Stück

MIT EFFEKTIVER
**3-FACH-
WIRKUNG**



- mit antioxidativ wirkendem **Traubenkernextrakt (OPC)** zum Erhalt gesunder Blutgefäße und Stabilität der Kapillaren (feinste Blutgefäße)
- mit **Schwarzem Knoblauch Extrakt**, der zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterinspiegels und zur Erhaltung der Herzgesundheit beitragen kann
- mit 100% natürlichem **polyphenolreichem Olivenfruchtpulver**, um die Blufette vor oxidativem Stress zu schützen
- Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- rein pflanzlich – für Vegetarier und Veganer geeignet
- Reichweite: 30 Tage – nur 1 Kapsel täglich



Art.-Nr. 79188
1 x 30 Stück
28,99€
(1525,79€/1 kg)

NATTOKINASE

KAPSELN, 21,9 g, 60 Stück

- Optimal dosiert mit 100 mg Nattokinase pro Kapsel
- Hohe fibrinolytische Aktivität mit 2000 FU
- Fermentiert nach traditioneller japanischer Technik
- Reichweite ca. 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80238

1 x 60 Stück

14,99€

(684,47€/1 kg)



FERMENTIERT
NACH
**JAPANISCHER
TECHNIK**

WENN DAS HERZ NACH BALANCE VERLANGT

Elektrolyte sind weit mehr als nur Durstlöscher für Sportler - sie sind die **unsichtbaren Helfer** für unser Herz-Kreislauf-System. Unser **Herzmuskel** ist auf eine optimale Elektrolytbalance angewiesen, um kraftvoll und rhythmisch zu schlagen.

Bei körperlicher Anstrengung, Stress oder heißen Temperaturen verliert unser Körper **wichtige Mineralstoffe** über den Schweiß. Ein Elektrolytmangel kann sich durch **Müdigkeit, Schwächegefühl** oder sogar Herzrhythmusstörungen bemerkbar machen.

Kalium ist essentiell für die normale Herzfunktion und trägt zur Aufrechterhaltung eines **normalen Blutdrucks** bei. **Magnesium** unterstützt die normale Muskelfunktion - und das Herz ist unser wichtigster Muskel.

WANN IHR HERZ-KREISLAUF-SYSTEM ELEKTROLYTE BRAUCHT:

- **Nach dem Sport:** Ausgleich verlorener Mineralstoffe
- **Bei Hitze:** Unterstützung bei erhöhtem Flüssigkeitsverlust
- **Bei Stress:** Ausgleich des erhöhten Magnesium- und Kaliumbedarfs
- **Bei Müdigkeit:** Beitrag zur Verringerung von Erschöpfung

DER GESCHMACKS-TRICK: SO WIRD'S RICHTIG LECKER

Eiskalte Zubereitung: Verwenden Sie sehr kaltes Wasser - Kälte macht den Geschmack milder und erfrischender.

Natürliche Geschmacksverstärker: Ein Spritzer frischer Zitrone oder Limette macht jeden isotonischen Drink lebendiger. Auch frische Minzblätter wirken Wunder.

Timing ist alles: Der Drink schmeckt am besten während oder direkt nach körperlicher Aktivität, wenn Ihr Körper die Mineralstoffe wirklich braucht.



ISOTONISCHER ELEKTROLYTE DRINK**

MIT SOFORT-MAGNESIUM, KALIUM, EISEN & NATÜRLICHEN B-VITAMINEN (RGEN-B'S™¹), 30 Portionen

- unterstützt **Elektrolytgleichgewicht und Muskelfunktion², Blutdruck und Herzfunktion³, Sauerstofftransport und Blutbildung⁴, Energiestoffwechsel und zur Verringerung von Müdigkeit⁵**
- reich an Kalium

** Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei.

¹ RGen-B'S™ belongs to RGen™. RGen™ is a trademark of Organeticx, Inc.®

² Magnesium, Kalium und Calcium tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei.

³ Vitamin B1 trägt zu einer normalen Herzfunktion bei.

⁴ Eisen trägt zu einer normalen Blutbildung bei.

⁵ Magnesium und Vitamin B2 tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79635

1 x 30 Portionen

36,99€

(82,20€/1 kg)

30 Tage Geld zurück Garantie: Neben dem Kauf auf Rechnung bieten wir Ihnen eine kostenfreie Rücksendung und schnelle Erstattung des Kaufpreises.

www.baerbel-drexel.de Tel. 08276 / 518 400 (Mo – Fr 8 – 20 Uhr, Sa., So. 9 – 19 Uhr)

Veganes Omega3to1® Flüssigkonzentrat: 1000 mg Omega 3 Für Herz, Gehirn und Sehkraft

Unsere neues **Omega3to1® Flüssigkonzentrat** enthält **rein pflanzliches Omega-3** aus veganem Algenöl und stellt eine innovative Lösung für alle dar, die auf eine pflanzliche Ernährung setzen. Omega-3 Fettsäuren sind für den Körper **essenziell** und können nicht vom Körper selbst gebildet werden, weshalb eine regelmäßige Zufuhr über die Nahrung oder Nahrungsergänzung notwendig ist.

Die beiden **stoffwechselaktiven Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA** spielen eine wichtige Rolle für die Funktion von Herz³, Gehirn¹ und Sehkraft² und sind daher für unser tägliches Wohlbefinden von großer Bedeutung. Während diese wertvollen Fettsäuren traditionell hauptsächlich aus Fischöl gewonnen wurden, bietet unser Algenöl eine nachhaltige und vegane Alternative mit derselben hohen Wirksamkeit.

Unser Omega3to1® Flüssigkonzentrat vereint höchste Qualitätsansprüche mit einer klaren Ausrichtung auf **Natürlichkeit und Nachhaltigkeit**. Der gesamte **Herstellungsprozess** erfolgt unter streng kontrollierten Be-

dingungen mit nachwachsenden Rohstoffen, wodurch wir eine **gleichbleibend hohe Produktqualität** gewährleisten können. Zur Stabilisierung enthält das Konzentrat ebenfalls **natürliche Tocopherole und Rosmarinextrakt**, die als natürliche Antioxidantien fungieren und die Haltbarkeit des Produkts auf natürliche Weise verlängern.

Die **sorgfältig entwickelte Rezeptur** wurde so konzipiert, dass sie den täglichen Bedarf an Omega-3-Fettsäuren gezielt unterstützt und gleichzeitig **besonders gut verträglich** ist. Dies macht das Konzentrat zu einer **idealen Ergänzung** für Menschen jeden Alters, die ihre Omega-3-Versorgung optimieren möchten. Dank des **angenehmen Zitronengeschmacks** lässt sich das Konzentrat ganz ohne störenden Nachgeschmack verzehren und kann problemlos in den **täglichen Ernährungsplan** integriert werden.

- 1 DHA trägt zur Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion bei
- 2 DHA trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei
- 3 EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei

VEGANES OMEGA3TO1® FLÜSSIGKONZENTRAT, 100 ml

- mit hochwertigem Algenöl aus 100% pflanzlicher Quelle
- enthält DHA und EPA im optimalen Verhältnis von 3:1
- DHA trägt zur Aufrechterhaltung der normalen Gehirnfunktion¹ und Sehkraft bei²
- Reichweite: 31 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80352

1 x 100 ml

34,99€

(349,90€/1 kg)

NEU

PRO TEELÖFFEL
**1.000 MG
OMEGA-3**





PRO KAPSEL
**500 MG
OMEGA-3**

OMEGA-3 AUS ALGENÖL

KAPSELN, 42g, 30 Stück

- direkte und optimale Versorgung mit DHA und EPA bei hoher Bioverfügbarkeit
- enthalten 375 mg DHA und 125 mg EPA pro Kapsel
- für Herz¹, Gehirn², Sehkraft³
- höchste Reinheit und Frische
- 100% vegan
- reich an DHA und EPA
- Reichweite: 30 Tage

¹ EPA und DHA tragen zu einer normalen Herzfunktion bei
² DHA trägt zum Erhalt einer normalen Gehirnfunktion bei
³ DHA trägt zum Erhalt normaler Sehkraft bei



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80126
1 x 30 Stück
24,99€
(595,00€/1 kg)

PRODUKTBEWERTUNG



„Bin mit den Omega3 Kapseln sehr zufrieden, vor allem ist mir wichtig, dass sie vegan sind, da ich kein Fischöl einnehmen möchte,“

Babsi

OMEGA-3 AUS PERILLASAMENÖL

KAPSELN, 49g, 75 Stück

- rein pflanzliche Omega-3-Fettsäuren aus Perillasamenöl
- Omega-3 Fettsäuren sind essenziell für den Körper und die Zellgesundheit
- enthält die pflanzliche Omega-3 Fettsäure ALA (Alpha-Linolensäure), die der Körper abhängig vom Bedarf in DHA und EPA umwandeln kann
- enthält neben Omega-3 Fettsäuren auch Omega-6 und Omega-9 Fettsäuren im natürlichen Verbund
- Reichweite: 38 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 72086
1 x 75 Stück
21,99€
(448,78€/1 kg)

PRO KAPSEL
**300 MG
OMEGA-3**



Gelenkfit durch *Herbst und Winter*

Der September ist die perfekte Zeit, um Ihre Gelenke und Muskeln auf die kommende Kälte vorzubereiten. Viele Menschen spüren bei Wetterschwüngen verstärkt Verspannungen oder Gelenkbeschwerden.

IHRE SEPTEMBER-CHECKLISTE FÜR GELENKIGE WINTERVORBEREITUNG:

- **Bewegung beibehalten:** Nutzen Sie die milden Herbsttage für regelmäßige Spaziergänge und sanfte Gymnastik
- **Wärme von innen:** Durch Ingwertee und warme Gewürze wie Kurkuma
- **Gezielte Nährstoffe:** Omega-3-Fettsäuren, Vitamin D und Magnesium unterstützen Muskeln und Knochen
- **Warme Kleidung:** Investieren Sie rechtzeitig in warme, atmungsaktive Kleidung - kalte Gelenke mögen keine Zugluft
- **Entspannung einplanen:** Warme Bäder mit Rosmarin oder Eukalyptus können Muskeln und Gelenke entspannen
- **Schlaf optimieren:** Warme Bettwäsche und gleichmäßige Raumtemperatur unterstützen die nächtliche Regeneration

Profi-Tipp: Beginnen Sie schon jetzt mit 5-10 Minuten täglicher Gelenkgymnastik - so sind Sie bestens gerüstet, wenn die ersten kalten Tage kommen.



KARDE
TINKTUR, 100ml

- Pflegemittel für Muskelpartien und Gelenkregionen
- **zum Massieren und Pflegen** von Nacken, Schulter, Rücken etc.
- **ideal** auch für Wickel und Auflagen



Art.-Nr. 29466
1x 100 ml
14,99 €
(149,90€/1l)



MUSKEL & GELENK
PFLEGEALSAM, 75 ml

- fördert die Durchblutung in Verbindung mit sanftem Einreiben
- kann Muskelverspannungen entgegenwirken
- **Teufelskralle und Kardenwurzel** unterstützen das Abklingen von Entzündungen, mit wohltuenden Effekten bei Muskel- und Gelenkbeschwerden



Art.-Nr. 72218
1 x 75 ml
11,79 €
(157,20€/1l)



GELENK FIT PLUS

PRESSLINGE, 96g, 192 Stück

- zur **nutritiven Unterstützung der Gelenke** mit relevanten Nährstoffen wie Hyaluronsäure, Collagen und Vitamin C
- Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion bei
- Weihrauch hilft, die Gelenke kühl und bequem zu halten.
- Reichweite: 32 Tage

Art.-Nr. 70213
1 x 192 Stück
19,99€
(208,23€/1 kg)



GELENK AKTIV MIT HAGEBUTTE UND MSM

KONZENTRAT, 300 ml; inkl. Messbecher

- speziell abgestimmte „Gelenknahrung“ aus **Hyaluronsäure, Vitamin C** und **MSM**, die zur nachhaltigen Versorgung der Knorpel beiträgt
- Vitamin C unterstützt die Bildung von Kollagen, das für eine normale Knorpelfunktion der Gelenke wichtig ist
- mit natürlichem Vitamin C und Polyphenolen aus der heimischen und altbewährten Hagebutte
- Hagebutte trägt zum Erhalt der Beweglichkeit der Gelenke bei
- Reichweite: 30 Tage

Art.-Nr. 78844
1 x 300 ml
34,99€
(116,63€/1 l)



GELENKE & KNORPEL

KAPSELN, 30g, 60 Stück

- **OVOMET®** Eierschalenmembranpulver liefert viele wichtige Gelenk-Nährstoffe: Elastin, Collagen, Hyaluronsäure, Glucosamin, Chondroitinsulfat, Keratin, Lysozymen, Protein und schwefelhaltige Aminosäuren
- **Curcugreen™** Kurkumaextrakt unterstützt die Gelenke durch beruhigende Eigenschaften
- **Boswellin®** Weihrauchextrakt kann zur Erhaltung der Gelenk-Gesundheit beitragen
- **Hagebuttenextrakt:** Vitamin C für eine normale Knorpelfunktion
- Reichweite: 30 Tage

Art.-Nr. 78822
1 x 60 Stück
39,99€
(1.203,67€/1 kg)



Multitalente für Ihren vitalen Alltag



MAGNESIUM AKTIV

PRESSLINGE, 100g, 200 Stück

- unterstützt den **langfristigen Erhalt der Magnesium-Speicher im Körper**
- mit Magnesiumcarbonat aus Dolomit
- plus Schachtelhalm- und Brennnesselblattpulver für eine noch bessere Bioverfügbarkeit
- bis zu 4 Presslinge täglich – leicht an den individuellen Bedarf anpassbar
- Reichweite: 50 Tage

Art.-Nr. 70333
1 x 200 Stück

18,99€
(189,90€/1 kg)



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

MAGNESIUM DUPLEX

PRESSLINGE, 100g, 200 Stück

- **Sofort-Effekt PLUS Depot-Wirkung**
- Magnesiumcitrat für den schnellen Bedarf kombiniert mit Magnesiumcarbonat für die langfristige Unterstützung
- mit Schachtelhalm- und Brennnesselblattpulver plus Kieselerde
- Reichweite: 50 Tage

Art.-Nr. 68876
1 x 200 Stück

19,99€
(199,90€/1 kg)



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

MAGNESIUM TRIPLEX

PRESSLINGE, 175g, 350 Stück

- **schneller Effekt** für Muskulatur, Energiestoffwechsel und weniger Müdigkeit
- mit **Fokus auf Nervensystem & Psyche** durch Magnesium-Bisglycinat
- **plus Langzeit-Depot** für Knochen, Zähne & Zellteilung
- Beinhaltet die Synergie aus Magnesiumcarbonat, Magnesiumcitrat und Magnesiumbisglycinat
- Reichweite: 88 Tage

Art.-Nr. 79088
1 x 350 Stück

~~42,00€~~
35,70€
(204,00€/1 kg)

-15%



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Natürliche Unterstützung für Gelenke und Muskeln – RHULEAVE-K® Forte¹ Kapseln

Bärbel Drexel RHULEAVE-K® Forte¹ Kapseln vereinen eine synergistische, ganzheitliche Formulierung aus Kurkumaextrakt, Weihrauchextrakt und schwarzem Sesamöl mit veganem Vitamin D3 aus Pinienrinde.

Die Kapseln bieten mit ihrer ganzheitlichen Formulierung einen innovativen Ansatz für die natürliche Unterstützung von Gelenken und Muskeln. Hierzu wurde den Extrakten aus Kurkuma und Weihrauch hochwertiges Vitamin D3 aus Pinienrinde hinzugefügt.

RHULEAVE-K® FORTE¹
KAPSELN, 34,5g, 60 Stück

- Synergistischer Komplex aus Curcuma longa- und Boswelliaserrata-Extrakt in Sesamöl
- Veganes Vitamin D3 aus Pinienrinde zur Unterstützung der Muskelfunktion¹ und des Immunsystems²
- Mit patentiertem SPEEDTECH®- Emulsionsverfahren für verbesserte Löslichkeit und Absorption
- Reichweite: 60 Tage

[1] Vitamin D trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.

[2] Vitamin D trägt und zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80350

1 x 60 Stück

44,90 €

(1.301,45 €/1 kg)



NEU



Astaxanthin Energy-Drinks Mix

– Natürliche Power für aktive Menschen

Astaxanthin – das kraftvolle rote Antioxidans aus der Mikroalge – verbindet sich hier mit einem erfrischenden Energy-Boost zu Ihrem perfekten Tagesbegleiter. Diese einzigartige Kombination bietet **sofortige Energie und gleichzeitig langfristigen Zellschutz**.

Was macht diese Mischung so besonders? Während herkömmliche Energy-Drinks oft nur kurzzeitig aufputschen und dann zu Energielöchern führen, setzt der Astaxanthin Energy-Mix auf nachhaltige, natürliche Power ohne den typischen Crash-Effekt.

IHR FLEXIBLER ENERGIEKICK FÜR JEDEN MOMENT

Morgens verschafft er Ihnen den **idealen Start in den Tag** – ohne nervöse Unruhe, dafür mit klarer Energie. Mittags überbrückt er elegant das gefürchtete Nachmittagstief, und vor dem Training liefert er die perfekte Portion Power für Ihre sportlichen Ziele.

Der geniale Vorteil als Konzentrat: Sie bestimmen die Intensität selbst. Weniger Konzentrat für einen sanften Energieschub, mehr für intensive Tage oder vor dem Sport. So haben Sie immer die optimale Dosierung für Ihren individuellen Bedarf.

Flüssiger Genuss statt Kapseln: Einfach mit kaltem Wasser mischen, kurz schütteln – fertig ist Ihr natürlicher Energiekick ohne künstliche Aufputschmittel.

Die **rote Kraft des Astaxanthins unterstützt dabei Ihre Zellen** und macht aus dem Energy-Drink einen intelligenten Begleiter für bewusste Menschen.

Praktische Alternative: Keine Kapseln schlucken, keine Tabletten – einfach trinken und genießen.

Set Astaxanthin Energy-Drinks



ASTAXANTHIN ENERGY-DRINK

KONZENTRAT, 3x 250 ml; inkl. Messbecher

- Energieformel mit Sofort-Effekt
- enthält Astaxanthin, Magnesium, Vitamin C und Koffein
- Vitamin C und Magnesium sorgen für weniger Müdigkeit und mehr Energie
- Vitamin C trägt zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei
- Reichweite: 3x 25 Tage

ACEROLA-KIRSCH/BLUTORANGE
GRANATAPFEL/JOHANNISBEERE
ORANGE/GRAPEFRUIT

~~65,97€~~
46,18€
Art.-Nr. 78656

-30%
IM SET



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Online: Ergänzende Informationen zu jedem Produkt finden Sie online unter www.baerbel-drexel.de. Irrtümer, Druck- und Schreibfehler vorbehalten.

Das rote Gold der Mikroalgen – Astaxanthin entdecken



ASTAXANTHIN

KAPSELN, 24 g, 40 Stück

- bei erhöhter körperlicher und geistiger Beanspruchung
- mit astaxanthinreichem Algenextrakt, Vitamin E und Kupfer
- Kupfer unterstützt: Energiestoffwechsel, Immunsystem und die normale Hautpigmentierung
- Vitamin E und Kupfer tragen zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei
- Reichweite: 40 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70803
1 x 40 Stück
26,99€
(1.124,58€/1 kg)

ASTAXANTHIN FORTE KAPSELN

KAPSELN, 36 g, 60 Stück

- AstaPure® Vollspektrum-Algenpulver
- Astaxanthin plus Vitamin B2, Koffein und Hibiskusextrakt
- Vitamin B2 sorgt für mehr Energie und Vitalität, unterstützt die Blutbildung und die normale Sehkraft und trägt zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei
- Reichweite: 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79123
1 x 60 Stück
37,99€
(1.055,28€/1 kg)



ASTAXANTHIN KOMPLEX PLUS VITAMIN C

PRESSLINGE, 63 g, 90 Stück

- für mehr Energie und Leistungsfähigkeit¹
- bei Müdigkeit und Ermüdung² sowie besonderen Belastungen
- Schutz vor oxidativem Stress³
- Reichweite: 45 Tage

¹ Vitamin C trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei

² Vitamin C trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei

³ Vitamin C trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79201
1 x 90 Stück
36,99€
(587,14€/1 kg)



Wenn die Energie schwindet – Natürliche Wege zu mehr Vitalität im Herbst

Die ersten kühleren Septembertage kündigen ihn an: den großen **Übergang vom energiegeladenen Sommer** in die nachdenklichere Herbstzeit. Mit den fallenden Blättern scheint auch **unsere Energie zu schwinden**. Was früher leicht von der Hand ging, fühlt sich plötzlich anstrengender an. Die Motivation lässt nach, und eine unbestimmte Müdigkeit macht sich breit.

Diese Veränderungen sind **völlig natürlich** und seit Jahrtausenden Teil des **menschlichen Biorhythmus**. Schon unsere Vorfahren spürten, wie sich mit weniger Tageslicht, kühleren Temperaturen und veränderten Wetterverhältnissen auch ihr **Energielevel wandelte**. Der Körper beginnt sich instinktiv auf die **dunklere Jahreszeit vorzubereiten**.

Aus **naturheilkundlicher Sicht** ist dieser Übergang eine wichtige **Phase der Anpassung**. Die Traditionelle Chinesische Medizin spricht vom Herbst als **Zeit des Loslassens** und der inneren Sammlung. Ayurveda sieht in dieser Zeit die **Vata-Energie im Vordergrund** - geprägt von Bewegung und Veränderung, aber auch von Unruhe und Trockenheit.

Entscheidend ist: Diese energetischen Schwankungen sind **kein Zeichen von Schwäche**, sondern natürliche Anpassungsprozesse. Mit dem richtigen Verständnis und gezielter Unterstützung können wir diese Zeit nicht nur gut überstehen, sondern sogar **gestärkt daraus hervorgehen**.

Moderne Forschung bestätigt, was traditionelle Heilsysteme schon lange wissen: Der Herbst ist eine **Zeit der Transformation**, die sowohl Herausforderungen als auch Chancen birgt. Studien zeigen, dass Menschen, die bewusst mit den saisonalen Veränderungen arbeiten, langfristig eine **stabilere Energie** und bessere Gesundheit entwickeln.

DIE URSACHEN SINKENDER ENERGIELEVEL VERSTEHEN

Der **Hauptverursacher** für unsere Herbstmüdigkeit ist das **schwindende Tageslicht**. Bereits ab September nimmt die Lichtintensität merklich ab,

und unser Körper produziert **weniger Vitamin D**. Dieses Sonnenvitamin ist jedoch nicht nur für Knochen und Immunsystem wichtig, sondern auch für **Energie und Stimmung**.

Gleichzeitig verschiebt sich unser **Schlaf-Wach-Rhythmus**. Die Zirbeldrüse produziert bei weniger Licht **mehr Melatonin** - das Schlafhormon. Während gleichzeitig die **Serotonin-Produktion sinkt** - jener Botenstoff, der für gute Laune und Energie sorgt. Das Ergebnis: Wir fühlen uns **müder und weniger motiviert**.

Moderne Forschung bestätigt, was traditionelle Heilsysteme schon lange wissen: Der Herbst ist eine Zeit der Transformation, die sowohl Herausforderungen als auch Chancen birgt. Studien zeigen, dass Menschen, die bewusst mit den saisonalen Veränderungen arbeiten, langfristig eine stabilere Energie und bessere Gesundheit entwickeln

Wetterempfindliche Menschen spüren zusätzlich die Auswirkungen von Luftdruckschwankungen und Temperaturschwankungen. Der Kreislauf muss sich ständig neu anpassen, was **zusätzliche Energie kostet**. Kopfschmerzen, Konzentrationsschwäche und allgemeine Abgeschlagenheit können die Folge sein.

Was Experten **"saisonale Erschöpfung"** oder umgangssprachlich "Herbstblues" nennen, betrifft **jeden dritten Erwachsenen** in unterschiedlicher Ausprägung. Die Symptome reichen von leichter Antriebslosigkeit bis hin zu **ausgeprägter Müdigkeit** und gedrückter Stimmung.

Hormonelle Veränderungen spielen ebenfalls eine wichtige Rolle. Der **Cortisolspiegel** kann durch die veränderten Lichtverhältnisse schwanken, was sich direkt auf unser **Energielevel auswirkt**. Auch die Schilddrüsenfunktion kann durch saisonale Einflüsse beeinflusst werden - ein

Organ, das maßgeblich unseren Stoffwechsel **und damit die Energieproduktion steuert**.

NATURHEILKUNDLICHE UNTERSTÜTZUNG FÜR MEHR ENERGIE

Die **Pflanzenheilkunde** kennt seit Jahrhunderten **kraftvolle Helfer** für energieschwache Zeiten. Adaptogene Pflanzen stehen dabei im Mittelpunkt - sie helfen dem Körper, sich besser an Stress und veränderte Umstände anzupassen.

Ginseng gilt als König der **Adaptogene**. Die koreanische Wurzel kann die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit unterstützen und wird traditionell bei Müdigkeit und Erschöpfung eingesetzt. Rhodiola, die goldene Wurzel aus den sibirischen Bergen, kann dabei helfen, Stress zu bewältigen und die Energie zu steigern.

Ashwagandha, die indische Winterkirsche, wird im Ayurveda seit über 3000 Jahren geschätzt. Sie kann Stress reduzieren und gleichzeitig die Vitalität fördern. **Besonders wertvoll:** Diese Pflanze kann sowohl beruhigend als auch energetisierend wirken - je nachdem, was der Körper gerade braucht.

Vitamine und Mineralstoffe spielen eine **Schlüsselrolle für unser Energielevel**. Die B-Vitamine sind essentiell für den Energiestoffwechsel - besonders B12, B6 und Folsäure können bei Müdigkeit unterstützend wirken. Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit bei und unterstützt die normale Muskelfunktion. Eisen ist wichtig für den Sauerstofftransport im Blut.

Ätherische Öle können über den Geruchssinn direkt auf unser Nervensystem wirken. Rosmarinöl gilt als natürlicher Muntermacher und kann die Konzentration fördern. Zitronenöl wirkt erfrischend und belebend, während Pfefferminzöl bei Müdigkeit aktivierend wirken kann.

Weitere kraftvolle Pflanzenhelfer verdienen besondere Aufmerksamkeit: Schisandra, die Fünf-Geschmäcker-Beere, kann die Ausdauer steigern und wird in der TCM als Tonikum geschätzt. Eleuthero (Sibirischer Ginseng) kann die Anpassungsfähigkeit des Körpers verbessern und bei geistiger Erschöpfung unterstützen.

ENERGIE UND IMMUNSYSTEM - DAS STARKE DUO IM HERBST

Energie und Abwehrkraft sind eng miteinander verknüpft. Ein schwaches Immunsystem kostet viel Energie, während Energiemangel das Immunsystem schwächt. Im Herbst ist es daher besonders wichtig, **beide Systeme gleichzeitig zu stärken**.

Propolis, das Kittharz der Bienen, wird traditionell zur Stärkung der Abwehrkräfte verwendet. Es kann nicht nur das Immunsystem unterstützen, sondern auch zur allgemeinen Vitalität beitragen. **Echinacea**, der Sonnenhut, ist ein bewährter Klassiker der Naturheilkunde und kann die körpereigenen Abwehrkräfte stärken.

Vitamin C ist nicht nur wichtig für das Immunsystem, sondern trägt auch zur Verringerung von Müdigkeit bei. **Zink** unterstützt sowohl die normale Immunfunktion als auch den Energiestoffwechsel. Selen schützt die Zellen vor oxidativem Stress und kann so Energie sparen.

Die Darmgesundheit spielt eine zentrale Rolle: Etwa 70% unseres Immunsystems befinden sich im Darm. Eine **gesunde Darmflora** unterstützt

nicht nur die Abwehrkräfte, sondern kann auch die **Energieproduktion verbessern**. Probiotische Kulturen und präbiotische Ballaststoffe können hier wertvolle Unterstützung bieten.

Fermentierte Lebensmittel wie Sauerkraut, Kimchi oder Kefir liefern natürliche Probiotika und können die **Darmgesundheit fördern**. Gleichzeitig enthalten sie oft **B-Vitamine**, die bei der Energieproduktion eine wichtige Rolle spielen. **Ingwer** kann nicht nur das Immunsystem stärken, sondern auch die Durchblutung anregen und so für mehr Vitalität sorgen.

Energie und Abwehrkraft sind eng miteinander verknüpft. Ein schwaches Immunsystem kostet viel Energie, während Energiemangel das Immunsystem schwächt. Im Herbst ist es daher besonders wichtig, beide Systeme gleichzeitig zu stärken.

RITUALE UND ALLTAGSTIPPS FÜR MEHR HERBST-ENERGIE

Morgendliche Aktivierungsrituale können den Energielevel für den ganzen Tag bestimmen. Beginnen Sie mit 5-10 Minuten Dehnung oder leichter Bewegung noch vor dem Frühstück. Ein Glas warmes Wasser mit Zitrone kann den Stoffwechsel sanft aktivieren.

Atemübungen sind kraftvolle Energiespender: Die 4-7-8-Technik (4 Sekunden einatmen, 7 Sekunden halten, 8 Sekunden ausatmen) kann sofort belebend wirken. Auch Wechselduschen mit warmem und kaltem Wasser regen den Kreislauf an und können Energie freisetzen.

Bewusste Bewegung muss nicht anstrengend sein. 20-30 Minuten zügiges Gehen an der frischen Luft kann Wunder wirken. Das Tageslicht unterstützt die Vitamin-D-Produktion und hilft, den Schlaf-Wach-Rhythmus zu stabilisieren.

Ernährung spielt eine Schlüsselrolle: Komplexe Kohlenhydrate aus Vollkorn liefern langanhaltende Energie. Nüsse und Samen enthalten wichtige B-Vitamine und Magnesium. Saisonales Gemüse wie Kürbis, Rote Bete und Wurzelgemüse versorgt mit wichtigen Nährstoffen.

Zeit im Tageslicht ist besonders wichtig: Versuchen Sie, täglich mindestens 30 Minuten bei natürlichem Licht zu verbringen - auch bei bewölkttem Himmel. Das Mittagslicht ist am intensivsten und kann am besten die Vitamin-D-Produktion unterstützen.

Bewusste Entspannung ist genauso wichtig wie Aktivierung. Meditation, Progressive Muskelentspannung oder einfach 10 Minuten bewusstes Atmen können helfen, Stress abzubauen und Energie zu regenerieren. Ein warmes Bad mit entspannenden ätherischen Ölen kann den Übergang in die Ruhephase unterstützen.

Schlafhygiene wird im Herbst besonders wichtig: Regelmäßige Schlafzeiten, ein dunkles, kühles Schlafzimmer und der Verzicht auf Bildschirme vor dem Schlafen können die Schlafqualität verbessern und so für mehr Energie am nächsten Tag sorgen.

Mit diesen **natürlichen Strategien** können Sie die Herausforderungen des Herbstes nicht nur meistern, sondern diese Zeit der Veränderung als **Chance für mehr Bewusstheit** und nachhaltige Vitalität nutzen.

Voller Energie, natürlich aktiviert

NATÜRLICHER
ENERGIE-BOOSTER



NADH ZELL-ENERGIE

PRESSLINGE, 32 g, 80 Stück

- der natürliche Brennstoff NADH (aktiviertes Vitamin B3) sorgt in den **Kraftwerken der Zellen** (Mitochondrien) für eine **effiziente Energiegewinnung**
- **unterstützen die Leistungsfähigkeit** durch Niacin, u. a. bei Abgeschlagenheit, Müdigkeit und stark fordernden Situationen
- Reichweite: 40 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 72065
1 x 80 Stück
21,99€
(687,19€/1 kg)

VITAMIN B12

TROPFEN, 30 ml

- enthält **Vitamin B12 in einer hochbioverfügbaren Form**
- liefert eine praktische und individuell anpassbare Dosierung
- fördert eine normale Funktion des Immunsystems¹ und trägt zur Verringerung von Müdigkeit² bei

¹ Vitamin B12 trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems (körperliche Abwehr) bei.

² Vitamin B12 trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80205
1 x 30 ml
12,99€
(433,00€/1 l)



EFFIZIENTE
& SCHNELLE
AUFNAHME

ANTIOX³

PRESSLINGE, 55 g, 90 Stück

- **mit den Longevity-Helden Astaxanthin** als natürlicher Energie-spender, OPC und Trans-Resveratrol für Longevity und Anti-Aging
- **einzigartige und hochdosierte Antioxidantien-Kombination** aus der Natur
- dient dem Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- **natürlicher Zellschutz** nach dem Vorbild der Natur für Gesundheit und ein langes Leben
- unterstützt die normale Funktion des Immunsystems und des Energie-stoffwechsel mit Vitamin C
- enthält fett- und wasserlösliche Antioxidantien, die sowohl in den Zellen als auch in den Zellwänden und Körperflüssigkeiten wirken
- nur 1 Kapsel pro Tag
- Reichweite: 90 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80319
1 x 90 Stück

~~49,99€~~
44,99€
(818,00€/1 kg)

-10%

NEU



Gehirn & Nervensystem – Natürlich fokussiert und ausgeglichen



Unser modernes Leben stellt unser Gehirn vor **nie dagewesene Herausforderungen**. Ständige Erreichbarkeit, Informationsflut aus sozialen Medien, endlose E-Mails und Multitasking - unser wichtigstes Organ arbeitet rund um die Uhr auf Hochtouren. Was früher natürliche Ruhepausen waren, sind heute weitere Reize durch Smartphones und Bildschirme. Die Folgen spüren viele von uns täglich: **Konzentration lässt nach**, obwohl wichtige Aufgaben anstehen. **Nervosität macht sich breit**, selbst bei alltäglichen Entscheidungen. Innere Unruhe begleitet uns durch den Tag, und abends fällt das Abschalten schwer. Der Kopf brummt, aber **echter Schlaf will nicht kommen**.

Dabei sehnt sich unser **Gehirn** nach Ruhe und Regeneration. Es **braucht Pausen**, um Informationen zu verarbeiten, Erinnerungen zu festigen und neue Energie zu tanken. In der **Naturheilkunde** gibt es **bewährte Helfer**, die unser Nervensystem dabei unterstützen können, wieder zu seiner natürlichen Balance zu finden.

NATURHEILKUNDLICHE UNTERSTÜTZUNG FÜR GEIST & NERVEN

Die traditionelle Pflanzenheilkunde kennt seit Jahrhunderten sanfte Begleiter für Geist und Nervensystem. Diese bewährten Kräuter können dabei helfen, **Fokus und innere Ruhe auf natürliche Weise zu fördern**.

Ginkgo ist einer der ältesten Bäume der Welt und wird seit über 5000 Jahren in der traditionellen chinesischen Medizin geschätzt. Die Blätter des Ginkgo-Baums werden traditionell zur **Unterstützung der Durchblutung verwendet**. Eine gute Durchblutung ist wichtig für die Versorgung des Gehirns mit Sauerstoff und Nährstoffen.

Bacopa, auch **Brahmi** genannt, ist eine kleine Wasserpflanze aus der ayurvedischen Tradition. Seit über 3000 Jahren wird sie in Indien traditionell **bei geistiger Erschöpfung und mentaler Müdigkeit** verwendet. Bacopa wird besonders von Studenten und Wissensarbeitern geschätzt, die intensiv lernen oder konzentriert arbeiten müssen.

Lavendel ist weit mehr als nur ein wohlriechender Duft. Seine **beruhigenden Eigenschaften** sind seit der Antike bekannt. Lavendel kann dabei helfen, innere Unruhe zu mildern und wird traditionell zur **Entspannung des Nervensystems** verwendet. Besonders am Abend kann Lavendel dabei helfen, vom Tag abzuschalten.

Melisse, auch Zitronenmelisse genannt, wird seit dem Mittelalter als "Herzenstroster" geschätzt. Ihre milden, zitronigen ätherischen Öle werden traditionell zur Beruhigung verwendet.

BEWÄHRTE PFLANZENKOMBINATIONEN:

- **Ginkgo + B-Vitamine:** Traditionelle Unterstützung für Durchblutung und Nerven
- **Bacopa + Magnesium:** Ayurvedische Weisheit trifft moderne Entspannung
- **Lavendel + Melisse:** Sanftes Duo für innere Ruhe
- **Passionsblume + Hopfen:** Traditionell bei Unruhe und Anspannung

NÄHRSTOFFE FÜR MENTALE LEISTUNGSFÄHIGKEIT

Unser **Gehirn** ist ein energiehungriges Organ - es **verbraucht etwa 20% unserer gesamten Energie**, obwohl es nur 2% unseres Körpergewichts ausmacht. Für diese Höchstleistung benötigt es spezielle Nährstoffe, die wie Treibstoff für unsere Denkprozesse wirken.

B-Vitamine sind die "Nervenvitamine" schlechthin. Vitamin B1 (Thiamin) trägt zur normalen Funktion des Nervensystems bei und wird traditionell als "Moral-Vitamin" bezeichnet. Vitamin B6 ist wichtig für die Bildung von Neurotransmittern - jenen Botenstoffen, die Informationen zwischen den Nervenzellen übertragen.

Magnesium wird oft als "Anti-Stress-Mineral" bezeichnet. Es trägt zur normalen Funktion des Nervensystems bei und kann zur Verringerung von Müdigkeit beitragen. **Bei Stress und Anspannung verbraucht der Körper mehr Magnesium**, weshalb eine ausreichende Versorgung besonders wichtig ist.

Omega-3-Fettsäuren, insbesondere DHA (Docosahexaensäure), sind essentielle Bausteine unseres Gehirns. Etwa 30% der Gehirnmasse bestehen aus DHA. Diese langkettigen Fettsäuren können zur **Erhaltung einer normalen Gehirnfunktion** beitragen.

NATÜRLICHE NÄHRSTOFF-SYNERGIE:

- **B-Vitamin-Komplex:** Alle B-Vitamine arbeiten synergistisch zusammen
- **Magnesium + B6:** Klassische Kombination für Nerven und Entspannung
- **Omega-3 + Vitamin E:** Schutz der wertvollen Fettsäuren vor Oxidation
- **Zink + Selen:** Zusätzlicher Schutz für die Nervenzellen

Die **Kombination aus bewährten Heilpflanzen und gezielten Nährstoffen** kann dabei helfen, Geist und Nervensystem auf natürliche Weise zu unterstützen. So können Sie auch in herausfordernden Zeiten fokussiert und ausgeglichen bleiben.



**MENTALE
STÄRKE UND
BELASTBARKEIT
FÖRDERN**

VITAMIN B-KOMPLEX
PRESSLINGE, 37g, 92 Stück

- zur Unterstützung der geistigen Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit bei Stress*
- stärkt die Nerven und vermindert Reizbarkeit*
- bis zu 60-90% höher bioverfügbar als synthetische Vitamine
- 100% pflanzlich aus Buchweizen
- Reichweite: 46 Tage

*Vitamin B1, B3, B6 und B12 tragen zur normalen psychischen Funktion und zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 72034

1 x 92 Stück

28,99€

(679,41 € / 1 kg)

STRESS RELAX FORTE MIT VITAMIN B12 UND ASHWAGANDHA
KONZENTRAT, 150 ml

- mit Ashwaganda zum Aufbau und zur Regeneration bei Erschöpfung, besonders bei Stress, in belastenden Lebensphasen, Schwächezuständen, nach Erkrankungen etc.
- mit einem einzigartigen DUAL-EFFEKT: entspannt und aktiviert gleichzeitig mit Vitamin B12, Magnesium und Vitamin C aus Johannisbeerextrakt
- ideal auch als Stärkung durch Taigawurzel in den anstrengenden, heißen Sommermonaten
- Reichweite: 15 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78222

1 x 150 ml

23,49€

(156,60€/1 L)



LECITHIN
GRANULAT, 750g

- Basisversorgung für geistige Fitness in jedem Alter
- mit Soja-Lecithin und B-Vitaminen aus Buchweizen
- mit Vitamin B5, welches zur normalen geistigen Leistung beiträgt
- Verzehrempfehlung: täglich bis zu 3 x 10g
- Reichweite: 75 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 64699

1 x 750 g

35,99€

(4799€/1 kg)

Gehirn Fit Set – Die perfekte Kombination für mentale Höchstleistung

Klares Denken braucht die richtige Unterstützung. Unser **Gehirn Fit Set** vereint zwei bewährte Produkte, die sich optimal ergänzen: Die **Gehirn Aktiv mit Brahmi und Lecithin Presslinge** für langfristige Gehirnpower und das **Astaxanthin Energy-Drink Konzentrat** für den schnellen Energiekick zwischendurch.

LANGFRISTIGE GEHIRNUNTERSTÜTZUNG MIT NATÜRLICHEN INHALTSSTOFFEN

Die **Basis für mentale Fitness** bilden unsere **Gehirn Aktiv Presslinge** mit ihrer innovativen Rezeptur aus 100% natürlichen Inhaltsstoffen. **Brahmi** (*Bacopa monnieri*) steigert die Konzentrationsfähigkeit und kann helfen, die Lern- und Merkfähigkeit zu erhalten. Die enthaltenen **B-Vitamine** sind unentbehrlich für eine normale Funktion des Nervensystems und gewährleisten eine normale psychische Gesundheit.

Besonders wertvoll ist das hochwertige **Phosphatidylserin-Lecithin** aus Sonnenblumen, welches in den Zellmembranen der Nervenzellen vorkommt und am Informationsaustausch zwischen den Nervenzellen beteiligt ist. Ergänzt wird die Rezeptur durch **hochwertigen Ginkgoblattextrakt** (100 mg) und **Salbei**, der positiv zur Gedächtnisleistung beiträgt.

SOFORTIGE ENERGIE FÜR ANSPRUCHSVOLLE SITUATIONEN

Wenn **schnelle Energie** gefragt ist, kommt das **Astaxanthin Energy-Drink Konzentrat** ins Spiel. Mit der **Mikroalge Haematococcus pluvialis**, **Magnesium**, **Vitamin C** und **natürlichem Koffein** kann es Müdigkeit und Ermüdung verringern sowie den Energiestoffwechsel fördern.

Das **natürliche Koffein aus Guarana und Colanuss** verbessert die Bereitschaft zur Aufmerksamkeit und die Ausdauer. **Vitamin C** trägt dazu bei, die normale Immunfunktion zu unterstützen und die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen, während **Magnesium** die normale Muskelfunktion unterstützt.

Diese Kombination macht Sinn: Während die **Gehirn Aktiv Presslinge** das Nervensystem langfristig mit wichtigen Nährstoffen versorgen und die Gedächtnisleistung unterstützen, liefert das **Energy-Drink Konzentrat** sofortige Energie für anspruchsvolle Situationen. Gemeinsam bilden sie ein starkes Team für alle, die geistig fit bleiben und Höchstleistungen erbringen möchten.

Gehirnfit Set



GEHIRN AKTIV MIT BRAHMI UND LECITHIN PRESSLINGE, 48 g, 90 Stück

- Brahmi (*Bacopa monnieri*) kann helfen die Konzentrationsfähigkeit zu steigern und die Lern- und Merkfähigkeit zu erhalten
- enthalten einen aktiven Vitamin B-Komplex
- mit hochwertigem Sonnenblumen-Lecithin (Phosphatidylserin) und Ginkgoblattextrakt
- Reichweite: 30 Tage

ASTAXANTHIN ENERGY-DRINK KONZENTRAT, 250 ml; inkl. Messbecher

- Energieformel mit Sofort-Effekt
- enthält Astaxanthin, Magnesium, Vitamin C und Koffein
- Vitamin C und Magnesium sorgen für weniger Müdigkeit und mehr Energie
- Vitamin C trägt zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei
- Reichweite: 25 Tage

~~44,98€~~
31,49€
Art.-Nr. 80287

-30%
IM SET



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

30 Tage Geld zurück Garantie: Neben dem Kauf auf Rechnung bieten wir Ihnen eine kostenfreie Rücksendung und schnelle Erstattung des Kaufpreises.

www.baerbel-drexel.de Tel. 08276 / 518 400 (Mo – Fr 8 – 20 Uhr, Sa., So. 9 – 19 Uhr)



Schlaf und Melatonin

– Wenn der *natürliche Rhythmus* aus dem Takt gerät

Melatonin ist unser **körpereigenes Schlafhormon** – ein faszinierender Botenstoff, der seit Millionen von Jahren den **Tag-Nacht-Rhythmus** aller Lebewesen steuert. Produziert in der Zirbeldrüse, einem winzigen Organ tief im Gehirn, reguliert Melatonin auf **Licht und Dunkelheit wie ein innerer Dirigent** unseres Schlaf-Wach-Zyklus.

Bei **Dunkelheit** steigt die Melatonin-Produktion an und signalisiert dem Körper: **"Es ist Zeit zu schlafen"**. Bei **Tageslicht** wird die Produktion gedrosselt, und wir werden **natürlich wach**. Dieser uralte Mechanismus funktioniert perfekt – bis unser modernes Leben diesen Rhythmus durcheinanderbrachte.

Künstliches Licht, besonders das bläuliche Licht von Bildschirmen, kann die **Melatonin-Produktion erheblich stören**. Schichtarbeit, Jetlag oder einfach spätes Fernsehen bringen unsere innere Uhr aus dem Takt. **Die Folge**: Einschlafprobleme, unruhiger Schlaf oder das Gefühl, nicht erholt aufzuwachen.

WENN DIE INNERE UHR VERSTIMMT IST

Hormonelle Veränderungen beeinflussen unseren Melatonin-Haushalt erheblich. Mit zunehmendem Alter produziert die Zirbeldrüse **weniger Melatonin** – ein Grund, warum ältere Menschen oft schlechter einschlafen können und unruhiger schlafen. Frauen erleben besonders während der Wechseljahre deutliche Veränderungen ihres Schlafverhaltens. **Frauen** erleben besonders während der Wechseljahre deutliche Veränderungen ihres Schlafverhaltens.

Stress ist ein weiterer **Melatonin-Räuber**. Chronische Anspannung hält den Cortisol-Spiegel hoch und kann die natürliche Melatonin-Ausschüttung unterdrücken. **Das Ergebnis**: Obwohl wir müde sind, können wir nicht abschalten – der Geist kreist, der Körper ist angespannt.

FAKTOREN, DIE DEN MELATONIN-RHYTHMUS STÖREN:

- **Bildschirmzeit am Abend**: Blaues Licht hemmt die Melatonin-Produktion
- **Unregelmäßige Schlafzeiten**: Verwirren die innere Uhr
- **Stress und Sorgen**: Halten das Nervensystem in Alarmbereitschaft
- **Koffein am Nachmittag**: Kann noch stundenlang wirken
- **Helle Schlafumgebung**: Selbst kleine Lichtquellen können stören

NATÜRLICHE HELFER FÜR ERHOLSAMEN SCHLAF

Die **Naturheilkunde** kennt verschiedene Wege, den **natürlichen Schlaf-Rhythmus** zu unterstützen. Bewährte Pflanzen können dabei eine sanfte Rolle spielen, ohne den körpereigenen Rhythmus zu überschreiben.

Hopfen ist weit mehr als nur eine Bierbrauzutat – seine Zapfen werden seit Jahrhunderten als sanftes Schlafmittel geschätzt. In konzentrierter Tropfenform kann Hopfen besonders abends eine **beruhigende Wirkung** entfalten. Hopfenkissen waren früher ein bewährtes Hausmittel für besseren Schlaf.

Lavendel mit seinem charakteristischen Duft kann **Körper und Geist entspannen**. Als praktische Presslinge lässt sich die beruhigende Kraft des Lavendels einfach dosieren. Schon der Duft von Lavendel kann entspannend wirken und den Übergang zur Nachtruhe fördern.

Baldrian gilt seit Jahrhunderten als sanfter Schlafbegleiter aus der Natur. Die Heilpflanze mit ihren charakteristischen weißen Blüten wird **traditionell zur Entspannung und Beruhigung** geschätzt. Schon im antiken Griechenland wusste man um die schlaffördernden Eigenschaften der Baldrianwurzel – heute bestätigen moderne Studien die entspannende Wirkung dieser bewährten Naturheilpflanze auf das Nervensystem.

NATÜRLICHE SCHLAFHYGIENE FÜR BESSEREN RHYTHMUS:

- **Regelmäßige Schlafzeiten**: Auch am Wochenende den Rhythmus beibehalten
- **Entspannungsrituale**: Warmes Bad, Lesen oder beruhigende Getränke
- **Dunkles Schlafzimmer**: Vorhänge oder Schlafmaske verwenden
- **Kühle Temperatur**: 16-18°C sind optimal für erholsamen Schlaf
- **Bildschirm-Pause**: 1-2 Stunden vor dem Schlafen auf Handy/TV verzichten

GANZHEITLICHE UNTERSTÜTZUNG FÜR DIE NACHTRUHE

Die **Wiederherstellung eines gesunden Schlaf-Rhythmus** ist ein ganzheitlicher Prozess. Natürliche Helfer können dabei eine unterstützende Rolle spielen, aber die Basis bilden gesunde Gewohnheiten und bewusste Entspannung.

Verschiedene Darreichungsformen bieten individuelle Lösungen:

- **Tropfen** wirken schnell und können flexibel dosiert werden.
- **Presslinge** sind praktisch für unterwegs und geschmacksneutral.
- **Pulver-Mischungen** schaffen gemütliche Rituale und können individuell zubereitet werden.

Wichtig ist die **regelmäßige Anwendung** über einen längeren Zeitraum. Natürliche Schlafhilfen entfalten ihre beste Wirkung, wenn sie Teil einer entspannten Abendroutine werden. Geduld ist dabei ein wichtiger Begleiter – natürliche Veränderungen brauchen Zeit.



SCHLAF GUT MIT HOPFEN
TROPFEN, 30ml

- mit seinen ausgleichenden Eigenschaften unterstützen Johanniskraut und Passionsblume **schnelles Einschlafen**
- ideal für das Einschlafritual vor dem Schlafengehen
- **Vitamin B6 und C** tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- Reichweite: 40 Tage



Art.-Nr. 74102
1 x 30 ml
15,99€
(533,00€/1 l)

SCHLAF GUT MIT LAVENDEL PRESSLINGE
64g, 160 Stück

- bei Jetlag und Schlafschwierigkeiten
- zur **Unterstützung langanhaltender Schlafqualität** mit Hopfen, Melisse, Lavendel und grünem Hafer
- mit ausgleichenden, entspannenden und beruhigenden Eigenschaften durch die Schlafbeere für eine angenehme Nachtruhe
- Reichweite: 40 Tage



Art.-Nr. 68916
1 x 160 Stück
~~19,99€~~
15,99€
(312,34€/1 kg)



*Gesunder,
erholsamer Schlaf*



BALDRIAN 800 MG
Kapseln, 24 g, 60 Stück

- hochwertiger 4:1 Baldrian-Extrakt aus der vollen Wurzel der Pflanze
- Baldrianwurzel hilft, den Schlafbeginn zu fördern, einen natürlichen Schlaf zu erhalten und unterstützt das Durchschlafen
- Reichweite: 60 Tage



Art.-Nr. 80371
1 x 60 Stück
17,99€
(749,58€/1 kg)

Ratanhia – eine traditionelle Heilpflanze mit langer Geschichte



In den Hochebenen der Anden, wo die Luft dünn und das Klima rau ist, wächst eine unscheinbare Pflanze mit einer bemerkenswerten Wirkung: Ratanhia (*Krameria lappacea*). Seit Jahrhunderten nutzen die indigenen Völker Perus und Boliviens die **adstringierende Kraft ihrer Wurzeln** für die Mundgesundheit. Was als traditionelles Heilwissen begann, hat mittlerweile auch in der modernen Naturheilkunde einen festen Platz gefunden.

Ratanhia ist ein kleiner, verholzter Strauch mit zierlichen roten Blüten und einer außergewöhnlich kräftigen Wurzel. Diese Wurzel – tief verankert im mineralreichen Boden der Anden – bildet das Herzstück der Heilpflanze. Die Ursprungsvölker Südamerikas sammelten die Wurzeln mit großem Respekt vor der Natur und bereiteten daraus Aufgüsse und Tinkturen, die sie bei Zahnfleischproblemen und zur allgemeinen Mundpflege einsetzten.

Der spanische Arzt Hipólito Ruiz entdeckte die Pflanze im 18. Jahrhundert auf seinen Expeditionen und brachte sie nach Europa, wo sie schnell Anerkennung in der medizinischen Praxis fand. Der Name „Ratanhia“ stammt übrigens aus der Quechua-Sprache und bedeutet „**Pflanze, die in der Erde kriecht**“ – ein Hinweis auf das weitverzweigte Wurzelsystem.

WERTVOLLE INHALTSSTOFFE FÜR DIE MUNDGESUNDHEIT

Die besondere Wirkung von Ratanhia verdankt sich ihrem reichen Gehalt an natürlichen **Gerbstoffen (Tanninen)**, die bis zu 18% der Wurzelmasse ausmachen können. Diese Tannine verfügen über stark adstringierende Eigenschaften – sie ziehen das Gewebe zusammen und festigen es, was besonders bei empfindlichem Zahnfleisch von Vorteil ist.

Neben den Gerbstoffen enthält Ratanhia weitere wertvolle Verbindungen:

- **Ratanhia-Gerbsäure:** Ein spezieller Gerbstoff mit besonders hoher Wirksamkeit
- **Neolignane:** Sekundäre Pflanzenstoffe mit antioxidativen Eigenschaften
- **Benzofuranderivate:** Unterstützen die entzündungshemmende Wirkung

- **Mineralien:** Aus dem nährstoffreichen Andenboden angereichert

Diese natürliche Kombination an Wirkstoffen macht Ratanhia zu einem wahren Multitalent für die Mundgesundheit und erklärt, warum die Pflanze seit Jahrhunderten geschätzt wird.

VIELSEITIGE UNTERSTÜTZUNG FÜR ZÄHNE UND ZAHNFLEISCH

Die primären Vorteile von Ratanhia für die Mundgesundheit sind vielfältig und wissenschaftlich gut dokumentiert. Durch ihre **zusammenziehende Wirkung** strafft sie das Zahnfleischgewebe und kann bei empfindlichem, zu Blutungen neigendem Zahnfleisch hilfreich sein.

Die enthaltenen Gerbstoffe bilden eine schützende Schicht auf der Mundschleimhaut und dem Zahnfleisch, was zur **natürlichen Barrierefunktion** beiträgt. Dadurch wird die Widerstandskraft des Zahnfleisches gestärkt und seine natürliche Regenerationsfähigkeit unterstützt.

Ein besonderer Vorteil der Ratanhia liegt in ihrer rein pflanzlichen Natur, die sie zu einer hervorragenden Option für Menschen macht, die Wert auf natürliche Mundpflegeprodukte legen.

ANWENDUNGSEMPFEHLUNGEN FÜR OPTIMALE ERGEBNISSE

Für die häusliche Anwendung hat sich Ratanhia in verschiedenen Formen bewährt:

- Als **Bestandteil in Zahnpasten:** Für die tägliche Mundpflege
- In Form von **Mundspülungen:** Verdünnte Ratanhia-Tinkturen eignen sich hervorragend zum Spülen
- Als **Zahnfleisch-Massagemittel:** Sanftes Einmassieren stärkt das Zahnfleisch zusätzlich

Für optimale Ergebnisse empfiehlt sich eine regelmäßige Anwendung über einen längeren Zeitraum. Besonders wirksam ist Ratanhia in Kombination mit anderen natürlichen Inhaltsstoffen wie Salbei, Myrrhe oder Kamille, die ihre Wirkung ergänzen.

Schutz aus der Natur für starkes Zahnfleisch und gesunde Zähne



PFLEGEN SIE
IHRE ZÄHNE
NATÜRLICH

RATANHIA ZAHNGEL

75 ml

- zur täglichen, sanften und gründlichen Zahnreinigung.
- für ein natürliches Zahnweiß.
- effektiv mit mikrofeiner Kieselerde.
- Ratanhiawurzel und Perillasamenextrakt kräftigen und festigen das Zahnfleisch.
- Hautverträglichkeit "sehr gut" (Dermatest®)



Art.-Nr. 28676

1 x 75 ml

9,99€
(133,20€/1l)

RATANHIA

ZAHNPFLEGE-PULVER, 50 g

- zur sanften Entfernung von Verfärbungen an den Zähnen und zur Zahnfleischpflege
- das natürliche Weiß der Zähne wird erhalten
- basische Salze und Spirulina können der Geruchsbildung vorbeugen
- Hautverträglichkeit "sehr gut" (Dermatest®)



Art.-Nr. 10152

1 x 50g

12,99€
(259,80€/1 kg)



RATANHIA

MUNDSPÜLUNG, 300ml, inkl. Messbecher

- pflegt und schützt das Zahnfleisch
- erfrischt den Atem langanhaltend und erhält das natürliche Gleichgewicht der Mundflora
- spezielle Mischung naturreiner ätherischer Öle wirkt antibakteriell und entzündungshemmend
- Reichweite: 15 Tage



Art.-Nr. 70809

1 x 300 ml

13,99€
(46,63€/1l)





Ölziehen - Die ayurvedische Tradition für Mundgesundheit

Ölziehen ist eine traditionelle ayurvedische Praxis, die seit über 3000 Jahren in Indien zur ganzheitlichen Mundpflege verwendet wird. Das Prinzip ist denkbar einfach: **Hochwertiges Pflanzenöl wird für 10-20 Minuten** im Mund hin- und herbewegt, um Bakterien und Toxine zu binden. Diese natürliche Methode erlebt heute eine Renaissance, da immer mehr Menschen nach **sanften Alternativen zur herkömmlichen Mundpflege** suchen.

Die Wissenschaft hinter dem Ölziehen ist faszinierend: Das Öl wirkt wie ein **natürlicher Magnet für schädliche Bakterien und Giftstoffe** im Mundraum. Durch die mechanische Bewegung werden diese gelöst und gebunden, während gleichzeitig die **Speichelproduktion angeregt** wird.

Besonders wertvoll: Das Ölziehen unterstützt nicht nur die Reinigung, sondern **regt den Lymphfluss und die Durchblutung im Mundbereich an**. Diese verbesserte Durchblutung trägt zur **Stärkung des Zahnfleisches** bei und fördert die natürliche Regeneration. Die sanfte Massage durch das Öl **aktiviert das Gewebe** und kann so die körpereigenen Abwehrkräfte unterstützen.

Ganzheitliche Mundgesundheit – ganz im Sinne der ayurvedischen Lehre, die Körper und Geist als Einheit betrachtet und dabei auf die **natürliche Kraft hochwertiger Pflanzenöle** setzt.



So funktioniert Ölziehen richtig:

DIE SCHRITT-FÜR-SCHRITT-ANLEITUNG:

1. **Der richtige Zeitpunkt:** Am besten morgens auf nüchternen Magen, noch vor dem Zähneputzen.
2. **Ölauswahl:** 1 Esslöffel hochwertiges Pflanzenöl - traditionell Sesam- oder Sonnenblumenöl, heute auch gerne Kokosöl.
3. **Die Technik:** Das Öl sanft durch die Zähne ziehen, zwischen den Zähnen spülen und um die Zunge bewegen - aber nicht gurgeln!
4. **Die Dauer:** 10-20 Minuten - beginnen Sie mit 5 Minuten und steigern Sie langsam.
5. **Ausspucken:** Das Öl niemals schlucken! In ein Tuch oder den Müll-eimer spucken, nicht ins Waschbecken.
6. **Nachspülen:** Den Mund mit warmem Wasser ausspülen und anschließend normal Zähne putzen.

WICHTIGE TIPPS FÜR EINSTEIGER:

- **Langsam beginnen:** Starten Sie mit 5 Minuten und kürzeren Intervallen
- **Nicht zu kräftig:** Sanfte Bewegungen sind ausreichend und weniger anstrengend
- **Bei Übelkeit:** Weniger Öl verwenden oder Pause machen
- **Regelmäßigkeit:** Täglich anwenden für beste Ergebnisse



MUNDZIEHÖL
250 ml

- zur täglich sanften Mundpflege nach der ayurvedischen Heilkunde für ein strahlend weißes Lächeln
- die antibakterielle Wirkung der ätherischen Öle sorgt für eine gesunde Mundschleimhaut und ein kräftiges Zahnfleisch
- verleiht einen frischen Atem und beugt Mundgeruch vor
- Reichweite: 17 Tage

LIMETTE / THYMIAN: Art.-Nr. 76106
MINZE / ZIMT: Art.-Nr. 10045
BLUTORANGE / NELKEN: Art.-Nr. 76112



1 x 250 ml
15,99€
 (63,96€/1l)

PARADON X
TINKTUR, 10 ml

- Zahnfleischpflege mit OPC und Kräuterölen
- einfach mit dem Finger sanft ins Zahnfleisch einmassieren
- für frischen Atem sorgt Pfefferminzöl
- Hautverträglichkeit "sehr gut" (Dermatest®)



Art.-Nr. 62559
 1 x 10 ml
12,90 €
 (1290,00€/1l)



ZAHNFLEISCH
**GEZIELT
 STÄRKEN**

ANTI KARIES
LUTSCHPRESSLINGE, 76g, 126 Stück

- durch antikariogene Eigenschaften von Xylitol und Grünteeextrakt kann Karies vorgebeugt werden
- können helfen, den Zahnbelag zu reduzieren und das Zahnfleisch zu unterstützen
- Reichweite: 21 Tage



Art.-Nr. 72803
 1 x 126 Stück
12,99€
 (170,92 €/1 kg)

Haut, Haare & Nägel im September – Schönheit im Wandel

Wenn die Natur ihre Farben wechselt, braucht auch unsere Schönheit neue Pflege

Der **September** bringt nicht nur fallende Blätter, sondern auch **Veränderungen für Haut, Haare und Nägel**. Nach den intensiven Sommermonaten mit Sonne, Salzwasser und Chlor benötigen sie jetzt besondere Aufmerksamkeit.

TYPISCHE SEPTEMBER-HERAUSFORDERUNGEN:

- **Trockene Haut:** Weniger Luftfeuchtigkeit und erste Heizungsluft
- **Spröde Haare:** Nachwirkungen von Sonne und Salzwasser
- **Brüchige Nägel:** Austrocknung durch Sommerhitze und häufiges Schwimmen
- **Fahler Teint:** Die Sommerbräune verblasst, die Haut wirkt müde

PRAKTISCHE HERBST-TIPPS:

- **Reichhaltigere Pflege:** Von leichten Sommer- zu nährenden Herbstcremes wechseln
- **Haarkuren:** Intensive Masken reparieren Sommerschäden
- **Sanfte Peelings:** Entfernen abgestorbene Hautzellen für frischen Teint
- **Ausreichend trinken:** 2-3 Liter täglich für Feuchtigkeit von innen

Jetzt ist die perfekte Zeit, um die **Schönheitsroutine an die kühlere Jahreszeit anzupassen** und Haut, Haare und Nägel auf den Winter vorzubereiten.



PREMIUM HAAR AKTIV KOMPLEX

KAPSELN, 35,7 g, 60 Stück

- **10-in-1-Formulierung**, um das Haar auf natürliche Weise von innen heraus zu stärken und Haarausfall zu bekämpfen
- **Mit patentiertem AnaGain™ Nu Pea Sprout-Extrakt**, der klinisch erwiesenermaßen Haarausfall verhindert und erste Ergebnisse nach einem Monat zeigt (33,9% weniger Haarausfall nach nur 28 Tagen*)
- **Sägepalmlfrüchte Extrakt:** Der Extrakt aus den Früchten der Sägepalme (*Serenoa serrulata*) enthält von Natur aus wichtige Fette und Phytosterole. Er unterstützt das natürliche Haarwachstum und hilft das eigene Haar zu erhalten⁴
- Frei von Hormonen, Gluten, Laktose, Soja, GMO, TiO₂
- Geeignet für Vegetarier und Veganer
- Reichweite: 30 Tage

* Grothe T et al.: Short communication: Clinical evaluation of pea sprout extract in the treatment of hair loss. *Phytother Res.* 2020 Feb;34(2):428-431.



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80341

1 x 60 Stück

34,99€

(980,11€/1 kg)

HAUT-HAARE-NÄGEL

PRESSLINGE, 36g, 102 Stück

- unterstützen das gesunde Wachstum von Haut, Haaren und Nägeln für ein **attraktives Erscheinungsbild**
- mit Zink, Selen und Kräutern wie Schachtelhalme für **schöne Haut, kräftiges Haar mit mehr Volumen und feste Nägel**
- Reichweite: 51 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN

Art.-Nr. 72057

1 x 102 Stück

17,90€

(443,67€/1 kg)



WACHSTUM
VON **HAUT,**
HAAREN
UND NÄGELN
MIT ZINK
& SELEN



NACHTKERZENÖL

KAPSELN, 79 g, 120 Stück

- Nachtkerzenöl **nährt und beruhigt die Haut** von innen vor allem bei sehr trockener, irritierter, juckender Haut
- Nachtkerzenöl versorgt den Körper mit hochwertiger Gamma-Linolensäure, die als wichtiger Baustein der Zellmembranen für eine gesunde Haut sorgt
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 71822

1 x 120 Stück

23,99€

(303,67€/1 kg)

Die tägliche Unterstützung für ein strahlendes Hautbild

PREMIUM KOLLAGEN ANTI-AGE HAUT² KOMPLEX

KAPSELN, 36,6g, 60 Stück

- **Einzigtartiger Anti-Age Haut^{1,2} Komplex** mit Vitaminen, Spurenelementen und den Antioxidantien Coenzym Q10, OPC & Astaxanthin
- Mit **Ovoderm®** (Kollagen aus Eierschalenmembran) & **Hyaluronsäure**
- Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei ¹



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80345

1 x 60 Stück

34,99€

(956,01€/1 kg)

¹ Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei.

² Biotin trägt zur Erhaltung normaler Haut bei. Riboflavin trägt zur Erhaltung normaler Haut bei.



COLLAGEN BEAUTY DRINK MIT NATICOL®, VITAMIN C & ASTAXANTHIN

PULVER, 150 g

- Mit **NatiCol® Kollagen** für pralle Haut und einen natürlichen Glow
- Jugendliche Frische mit **Astaxanthin – DER Radikalfänger** aus der Natur
- Mit dem „**Kollagen-Booster**“ **Vitamin C**, welches zusätzlich zur körpereigenen Kollagenbildung der Haut beiträgt
- Praktischer Drink zum Auflösen für jeden Tag
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80234

1 x 150 g

29,99€

(199,93€/1 kg)

Augengesundheit im Spätsommer/ Herbst – Sehkraft natürlich stärken

Die strahlenden Sommermonate liegen hinter uns - voller intensiver Sonnenstunden, langer Tage am Bildschirm und ständiger UV-Belastung. Jetzt, wo der **Herbst** beginnt, spüren viele Menschen die **Auswirkungen auf ihre Augen**: Trockenheit, Müdigkeit oder ein angespanntes Gefühl machen sich bemerkbar. Es ist Zeit, unseren wertvollen Sehsinn mit natürlicher Unterstützung zu verwöhnen.

Unsere Augen haben in den vergangenen Monaten Höchstleistungen vollbracht: Sie haben uns helle Sommertage beschert, unzählige Bildschirminhalte verarbeitet und sich ständig an wechselnde Lichtverhältnisse angepasst. Jetzt, wo die Tage kürzer werden und wir wieder mehr Zeit in geschlossenen Räumen verbringen, ist der perfekte Zeitpunkt, um ihnen etwas Gutes zu tun.

WENN DIE AUGEN UM HILFE RUFEN

Der **Übergang zum Herbst bringt neue Herausforderungen** für unsere Sehorgane mit sich. Trockene Heizungsluft in Kombination mit erhöhter Bildschirmzeit kann zu einer Belastungsprobe werden. Während wir draußen weniger Zeit verbringen, starren wir drinnen länger auf Monitore, Smartphones und Tablets.

Erste Anzeichen des Älterwerdens können sich ebenfalls bemerkbar machen: Die Sehschärfe lässt nach, Blendempfindlichkeit nimmt zu, und das Lesen bei schwachem Licht wird anstrengender. Diese natürlichen Veränderungen sind Teil des Lebens, aber wir können sie sanft begleiten.

Augenmüdigkeit entsteht **nicht nur durch äußere Faktoren**. Auch Stress,

einseitige Ernährung oder oxidativer Stress können unsere Sehkraft belasten. Die empfindlichen Strukturen des Auges benötigen spezielle Nährstoffe, um optimal zu funktionieren.

TYPISCHE HERBST-HERAUSFORDERUNGEN FÜR DIE AUGEN:

- **Trockene Heizungsluft:** Lässt die Augen schneller austrocknen
- **Mehr Bildschirmzeit:** Weniger Tageslicht bedeutet mehr Indoor-Aktivitäten
- **Wechselnde Lichtverhältnisse:** Ständige Anpassung zwischen hell und dunkel
- **Stress:** Belastet auch die feinen Augenstrukturen
- **Weniger Antioxidantien:** Herbstliche Ernährung oft ärmer an frischen Vitaminen

NATÜRLICHE AUGENPFLEGE FÜR DEN HERBST:

- **Bewusste Bildschirmpausen:** Alle 20 Minuten 20 Sekunden in die Ferne blicken
- **Ausreichend blinzeln:** Bewusstes Blinzeln befeuchtet die Augen
- **Gute Beleuchtung:** Arbeitsplatz optimal ausleuchten
- **Luftfeuchtigkeit:** Schalen mit Wasser gegen trockene Heizungsluft
- **Augentropfen:** Bei Bedarf befeuchtende Tropfen verwenden

Die **Kombination aus gezielten Nährstoffen und bewussten Gewohnheiten** kann dazu beitragen, dass Ihre Augen gestärkt und entspannt durch die dunklere Jahreszeit kommen. Gönnen Sie Ihrem wertvollsten Sinn die Aufmerksamkeit, die er verdient - Ihre Sehkraft wird es Ihnen danken.



VISIO COMP. FORTE

PRESSLINGE, 76 g, 152 Stück

- mit wertvollen Extrakten aus Heidelbeeren und Ginkgoblättern
- Vitamin C und E tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- Lutein und Zeaxanthin sind körpereigene Sehpigmente, die speziell im Gelben Fleck des Augenhintergrundes vorkommen
- Reichweite: 38 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 68727

1 x 152 Stück

24,90€

(327,63€/1 kg)

Entdecken Sie unsere *Kräuter-Sparangebote*



WEIHPRAUCH COMP. PRESSLINGE, 56g, 140 Stück

- außergewöhnliche Kombination aus Weihrauch und Myrrhe, mit einem hohen Anteil an Boswelliasäuren
- mit beruhigenden und pflegenden Eigenschaften
- ideal zur Unterstützung des **Bewegungsapparates**, des **Magen-Darm-Traktes**, der Lungen und mentaler Funktionen
- Reichweite: 35 Tage



Art.-Nr. 70946
1 x 140 Stück
19,99€
(356,96€/1 kg)

BITTER-WOHL MIT 6 KRÄUTERN ESSENZ, 50 ml

- regt mit Enzian, Angelikawurzel und Ingwer die **Verdauungssekretion** an
- ideal bei Völlegefühl oder wenn das Essen schwer im Magen liegt
- zum Essen oder auch zwischendrin, z.B. bei Heißhunger auf Süßes
- trägt zu einem **ausbalancierten Darmmilieu** bei
- Reichweite: 42 Tage



Art.-Nr. 29272
1 x 50 ml
10,99€
(219,80€/1 l)





ASTAXANTHIN
TROPFEN, 10 ml

- Hochwertiges Astaxanthin aus der Mikroalge *Haematococcus pluvialis*
- Starker antioxidativer Schutz durch Astaxanthin und Vitamin E
- Bequeme Anwendung: Tropfen Format, ideal für unterwegs
- Natürlich aromatisiert mit Orangen- und Zitronenöl für ein angenehmes Geschmackserlebnis



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80207

1 x 10 ml

19,99€

(1999,00€/1 kg)

SCHWARZER KNOBLAUCH EXTRAKT

KAPSELN, 26,7g, 45 Stück

- Schwarzer Knoblauch Extrakt **fördert die Durchblutung** und kann einen normalen Blutfluss unterstützen
- Schwarzer Knoblauch Extrakt **unterstützt einen normalen Cholesterinspiegel**
- Reichweite: 45 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 74109

1 x 45 Stück

19,99€

(748,69€/1 kg)



**REINE
KRAFT DES
KNOBLAUCHS**

**KAPUZINERKRESSE & MEERRETTICH MIT ECHINACEA
UND VITAMIN C**

PRESSLINGE, 180g, 360 Stück

- Allrounder mit den Eigenschaften wertvoller Senföle
- mit Vitamin B2, welches zum Erhalt normaler Schleimhäute, einschl. der Schleimhäute der **Atemwege und Blase**, beiträgt
- Vitamin C unterstützt die normale Funktion des Immunsystems



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80015

1 x 360 Stück

17,99€

(99,94€/1 kg)



MIKRO-NÄHRSTOFFE	WICHTIGSTE AUFGABEN IM KÖRPER	BÄRBEL DREXEL PRODUKTE ZUM SUPPLEMENTIEREN
B-Vitamine inkl. Vitamin B12 und Folsäure	<ul style="list-style-type: none"> • „Nervenvitamine“ – für eine normale Funktion von Nervensystem und Psyche • gut für Haut, Haare, Nägel und Schleimhäute • B12: natürlicher Nervenschutz, Blutbildung, essenziell in der Schwangerschaft 	<ul style="list-style-type: none"> • Vitamin B-Komplex Presslinge • Vitamin B12 mit Rosenwurz Lutschpresslinge mit 250µg Vitamin B12/Presslinge
Vitamin D	<ul style="list-style-type: none"> • körpereigene Abwehrfunktionen • Erhalt normaler Knochen & Zähne • gut für die Psyche und das Herz 	<ul style="list-style-type: none"> • Vitamin D3 1.000 I.E. + K2 in MCT-Öl Tropfen • Vitamin D3 Presslinge 800 I.E. • Vitamin D3 Kapseln 5.000 I.E.
Vitamin C	<ul style="list-style-type: none"> • Unterstützung des Immunsystems • Energiestoffwechsel und Verringerung von Müdigkeit • Kollagenbildung 	<ul style="list-style-type: none"> • Vitamin C bioaktiv mit Camu Camu Lutschpresslinge • Acerola bioaktiv Presslinge • Vitamin PureWay-C mit Quercetin und Rutin Kapseln
Magnesium	<ul style="list-style-type: none"> • Anti-Stress-Mineral: entspannt Nerven und Muskeln • gut für die geistige und körperliche Vitalität • Erhalt von Knochen und Zähnen 	<ul style="list-style-type: none"> • Magnesium duplex Presslinge mit Depot-Wirkung und Sofort-Effekt • Magnesium aktiv Presslinge mit Depot-Wirkung • Magnesium Calcium duplex plus Kurkuma Presslinge • Magnesium 300 Orange-Maracuja Konzentrat
Calcium	<ul style="list-style-type: none"> • Baustoff für Knochen und Zähne • unterstützt die Muskelarbeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Calcium aktiv Presslinge mit Calcium aus Rotalgen – vegan • Osteo Premium Calcium Presslinge mit mineralischem Calcium aus Dolomit – vegetarisch • Knochen Komplex Presslinge
Kalium	<ul style="list-style-type: none"> • hält den Wasser- und Elektrolythaushalt im Gleichgewicht • sorgt für einen normalen Blutdruck • gut für Nerven und Muskeln 	<ul style="list-style-type: none"> • Isotonischer Elektrolyte Drink (1500mg/Portion) • Basen Pulver (600mg/Portion) • Blutdruck Presslinge (410mg/Tagesportion)
Eisen	<ul style="list-style-type: none"> • Normale Blutbildung und Sauerstoffversorgung der Körperzellen • fördert die Konzentration und verringert Müdigkeit • wichtig in der Schwangerschaft 	<ul style="list-style-type: none"> • Eisen Bisglycinat Presslinge • Spirulina, Eisen & Vitamin C Presslinge • Lactoferrin mit Eisen und Vitamin C Presslinge
Zink	<ul style="list-style-type: none"> • essenziell für Immunsystem, Haut, Haare & Nägel • Schlüsselfunktion im Säure-Basen-Stoffwechsel • Zellteilung & Wundheilung 	<ul style="list-style-type: none"> • Zink Histidin Presslinge • Zink Histidin DIREKT Sticks • Zink + Selen Presslinge
Jod	<ul style="list-style-type: none"> • Bestandteil der Schilddrüsenhormone • lebensnotwendig fürs Gehirn und das Gedächtnis • wichtig für Mutter & Kind 	<ul style="list-style-type: none"> • Jod naturrein Presslinge
Selen	<ul style="list-style-type: none"> • Zellschutz durch antioxidative Eigenschaften • Rolle bei der Bildung von Schilddrüsenhormonen • normale Immunfunktion 	<ul style="list-style-type: none"> • Selen forte Presslinge • Zink + Selen Presslinge
Omega-3 Fettsäuren	<ul style="list-style-type: none"> • unentbehrlich für die Zellgesundheit • gut für Herz, Gehirnfunktionen und den Erhalt der Sehkraft • wichtig für Mutter & Kind 	<ul style="list-style-type: none"> • Omega-3 Kapseln (aus Perillasamenöl) • Omega-3 aus Algenöl 500mg DHA/EPA
Coenzym Q10	<ul style="list-style-type: none"> • Kraftstoff für die Zellen • wichtiger Faktor für die zelluläre Energiegewinnung – insbesondere auch für die Herzmuskelzellen 	<ul style="list-style-type: none"> • Coenzym Q10 mit Vitamin E Kapseln
Aminosäuren	<ul style="list-style-type: none"> • Hauptnährstoffquelle des Körpers (neben Kohlenhydraten und Fetten) • Bausteine der körpereigenen Proteine • Muskelerhalt und Muskelaufbau 	<ul style="list-style-type: none"> • Eiweißkomplex vegan mit Erbsen- und Hanfprotein Presslinge • Bellaform Eiweiß-Shakes • Spirulina Presslinge



Herbstliche Superfoods – Wenn die *Natur* ihre Schatzkammer öffnet

Der Begriff "**Superfood**" ist in aller Munde – doch was verbirgt sich wirklich dahinter? Superfoods sind **Lebensmittel**, die durch ihre außergewöhnlich **hohe Nährstoffdichte und ihre besonderen bioaktiven Substanzen** hervorstechen. Sie enthalten deutlich mehr Vitamine, Mineralstoffe, Antioxidantien oder sekundäre Pflanzenstoffe als herkömmliche Nahrungsmittel.

Echte Superfoods sind keine Erfindung der Moderne – **sie begleiten die Menschheit seit Jahrtausenden**. Schon unsere Vorfahren erkannten instinktiv, welche Pflanzen und Früchte besondere Heilkraft besaßen. Was damals traditionelles Wissen war, bestätigt heute die Wissenschaft durch präzise Nährstoffanalysen.

Wichtig ist die **Unterscheidung zwischen exotischen Trendprodukten und heimischen Naturschätzen**. Während Goji-Beeren oder Chia-Samen weite Transportwege hinter sich haben, wachsen viele kraftvolle Superfoods direkt vor unserer Haustür. **Regionale Superfoods** sind oft frischer, umweltfreundlicher und besser an unsere Bedürfnisse angepasst.

Saisonalität spielt eine **entscheidende Rolle**: Die Natur stellt uns zur richtigen Zeit die richtigen Nährstoffe zur Verfügung. Herbstliche Superfoods enthalten genau jene Vitalstoffe, die unser Körper für die Vorbereitung auf Winter und dunklere Monate benötigt.

DIE GOLDENE JAHRESZEIT DER NÄHRSTOFFE

Der **Herbst ist die Erntezeit der Natur** – eine Saison, in der uns die Pflanzenwelt mit einer Fülle an wertvollen Nährstoffen beschenkt. **Herbstliche Superfoods** haben einen besonderen Vorteil: Sie sind perfekt aufeinander abgestimmt mit den Bedürfnissen unseres Körpers in dieser Übergangszeit.

Orange und gelbe Herbstfrüchte sind reich an Beta-Carotin und Vitamin C – perfekt, um das Immunsystem für die kühleren Monate zu

stärken. Beeren konzentrieren Antioxidantien für den Zellschutz, während Wurzeln und Kerne wärmende Mineralstoffe liefern.

Die **Weisheit der Natur** zeigt sich darin, dass **saisonale Lebensmittel** oft genau die Nährstoffe enthalten, die unser Körper in der jeweiligen Jahreszeit besonders braucht. **Herbstliche Superfoods** bereiten uns natürlich auf die kommende Kälte vor und stärken unsere Widerstandskraft.

*Die Natur stellt uns zur
richtigen Zeit die richtigen Nährstoffe zur Verfügung.
Herbstliche Superfoods enthalten genau jene Vitalstoffe,
die unser Körper für die Vorbereitung auf Winter
und dunklere Monate benötigt.*

Bioaktive Substanzen in Herbst-Superfoods haben oft mehrfache Wirkungen: Sie schützen nicht nur die Pflanzen vor Witterungseinflüssen, sondern können auch unserem Körper dabei helfen, sich an veränderte Umstände anzupassen.

WAS ZEICHNET HERBSTLICHE SUPERFOODS AUS:

- **Hohe Antioxidantien-Konzentration:** Schutz vor freien Radikalen
- **Immunstärkende Vitamine:** Besonders Vitamin C und Beta-Carotin
- **Adaptogene Eigenschaften:** Helfen bei der Anpassung an Stress
- **Saisonale Verfügbarkeit:** Frisch geerntet zur optimalen Zeit
- **Regionale Herkunft:** Kurze Transportwege, höhere Frische

KÜRBIS – DER VIELSEITIGE HERBSTKÖNIG

Kürbis ist weit mehr als nur eine Halloween-Dekoration – er ist ein wahres Superfood mit **beeindruckenden Nährstoffwerten**. Das leuchtend oran-



SAISONALE INHALTSSTOFFE

triert dabei unglaubliche Mengen an Vitalstoffen in ihren Früchten.

Sanddorn ist ein echtes heimisches Superfood: Die Erntezeit fällt genau in den Herbst – von September bis Oktober werden die leuchtend orangen Beeren geerntet. **Vitamin C** aus Sanddorn trägt zur normalen Funktion des Immunsystems bei und kann zur Verringerung von Müdigkeit beitragen.

Besonders wertvoll: Natürliches Vitamin C wird oft besser vertragen als synthetische Varianten und ist von natürlichen Begleitstoffen umgeben, die die Aufnahme verbessern können. Sanddorn enthält zusätzlich Beta-Carotin, Vitamin E und wertvolle Omega-Fettsäuren – eine einzigartige Kombination in der Pflanzenwelt.

Die kleinen Powerbeeren sind außerdem **reich an Flavonoiden und anderen Antioxidantien**, die Zellen vor oxidativem Stress schützen können. Sanddorn-Öl aus dem Fruchtfleisch wird traditionell auch äußerlich für Haut und Schleimhäute geschätzt.

SANDDORN-POWER FÜR DEN HERBST:

- **Vitamin C-Rekord:** Bis zu 10-mal mehr als in Zitronen
- **Natürliche Antioxidantien:** Schutz vor freien Radikalen
- **Herbsternte:** Saisonale Verfügbarkeit zur optimalen Zeit
- **Heimisch:** Wächst an deutschen Küsten und Gebirgen
- **Vielseitig:** Fruchtfleisch, Kerne und Öl nutzbar

TRAUBE – DIE SÜSSE KRAFT DES HERBSTES

Trauben sind **die klassischen Herbstfrüchte** – ihre Erntezeit fällt genau in die goldene Jahreszeit von September bis Oktober. Die dunklen Sorten sind besonders reich an **Resveratrol und OPC** (oligomere Proanthocyanidine) – **kraftvollen Antioxidantien**, die vor allem in der Schale und den Kernen konzentriert sind.

Resveratrol wird für seine zellschützenden Eigenschaften geschätzt und ist derselbe Wirkstoff, der auch Rotwein seine gesundheitsfördernden Eigenschaften verleiht. OPC gehört zu den stärksten Antioxidantien überhaupt und wird traditionell zur Unterstützung der Gefäße und für gesunde Haut verwendet.

Deutsche Weinregionen produzieren hochwertige Trauben mit konzentrierten Inhaltsstoffen. Die kühleren Nächte im Herbst lassen die **Trauben langsam reifen** und Aromastoffe sowie wertvolle Antioxidantien entwickeln. Rote und blaue Traubensorten enthalten besonders hohe Konzentrationen an gesundheitsfördernden Substanzen.

Aloe Vera als natürlicher Partner macht diese Herbst-Kombination besonders. Das klare Gel der Wüstenpflanze ist **reich an über 200 wertvollen Inhaltsstoffen**, darunter Vitamine, Mineralstoffe, Aminosäuren und beruhigende Polysaccharide.

TRAUBEN-POWER FÜR DEN HERBST:

- **Resveratrol:** Kraftvolles Antioxidans für Zellschutz
- **OPC:** Unterstützt Gefäße und Hautgesundheit
- **Natürliche Süße:** Angenehmer Geschmack ohne Zusatzzucker
- **Herbsternte:** Saisonale Nährstoffe zur richtigen Zeit
- **Flavonoide:** Vielfältige sekundäre Pflanzenstoffe

ge Fruchtfleisch ist reich an **Beta-Carotin**, das im Körper zu Vitamin A umgewandelt wird und zur Erhaltung normaler Sehkraft beiträgt.

Kürbiskerne sind kleine **Nährstoffbomben**, die besonders für die Blasengesundheit geschätzt werden. Sie enthalten wertvolle **Omega-3-Fettsäuren, Zink, Magnesium und Phytosterole**. In der traditionellen Volksheilkunde werden Kürbiskerne seit Jahrhunderten zur Unterstützung der Harnwege verwendet.

Besonders wertvoll sind die Inhaltsstoffe der Kürbiskerne **für Männer ab 40**, da sie traditionell zur Unterstützung der Prostatagesundheits eingesetzt werden. Die grünen Kerne der Steirischen Ölkürbisse gelten als besonders hochwertig und nährstoffreich.

Hibiskus ist ein wunderbarer **Begleiter für Kürbiskerne**: Die roten Blüten sind **reich an Vitamin C und Antioxidantien**. Hibiskus wird traditionell als harntreibender Tee geschätzt und kann zur natürlichen Spülung der Harnwege beitragen. Die Kombination aus Kürbiskernen und Hibiskus ist ein bewährtes Duo für die Blasengesundheit.

KÜRBIS-POWER FÜR DIE GESUNDHEIT:

- **Beta-Carotin:** Vorstufe von Vitamin A für Augen und Immunsystem
- **Ballaststoffe:** Unterstützen die gesunde Verdauung
- **Kalium:** Wichtig für normale Herzfunktion
- **Kürbiskerne:** Traditionell für Blase und Prostata geschätzt
- **Magnesium:** Trägt zur normalen Muskelfunktion bei

SANDDORN – DIE VITAMIN-C-BOMBE DES NORDENS

Sanddorn wird nicht umsonst als **"Zitrone des Nordens"** bezeichnet – die kleinen orangefarbenen Beeren enthalten bis zu **10-mal mehr Vitamin C als Zitronen!** Diese robuste Pflanze trotzt Wind und Wetter an Nord- und Ostseeküste sowie in Gebirgsregionen und konzen-



GESUNDE BLASE MIT KÜRBISKERNEN UND HIBISKUS
PRESSLINGE, 60g, 120 Stück

- einzigartige Kombination aus Hibiskus, Kürbiskernen, Cranberry, Sabalfrüchten, Kräutern und Vitaminen für eine gesunde Blase
- wertvolle Extrakte aus Kürbiskernen unterstützen die gesunde Blasenfunktion
- Hibiskus trägt dazu bei, gesunde Harnwegsfunktionen aufrechtzuerhalten
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78187

1 x 120 Stück

19,99€

(333,17 €/1 kg)

KURKUMA SANDDORN

KONZENTRAT, 100ml; inkl. Messbecher

- hochdosiertes Konzentrat mit positiven Effekten auf das Immunsystem durch Kurkuma, Sanddorn und Vitamin C auch im Frühjahr und Sommer
- Kurkuma und Sanddorn besitzen antioxidative Eigenschaften
- hilft mit Sanddorn, die Haut von Innen gesund zu erhalten
- Reichweite: 10 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79506

1 x 100ml

13,90€

(139,00€/1 l)



FÜR EIN **STARKES IMMUNSYSTEM** UND DEN SCHUTZ DER HAUT MIT **VITAMIN C**



ZUR UNTERSTÜTZUNG DER DARMFUNKTION

BIO ALOE VERA SAFT TRAUBE

500ml

- Aloe Vera unterstützt die regelmäßige Darmbeweglichkeit und das Immunsystem
- Aloe Vera Saft (91,6 % Bio Aloe Barbadensis Miller.) ist basisch und regt den Stoffwechsel an
- mit frischen Bio Aloe Vera Blättern, die in weniger als 24 Stunden verarbeitet werden: sehr hohe Nährstoffdichte
- Aloe Vera unterstützt ein feineres Hautbild
- lecker kombiniert mit rotem Bio-Traubensaft



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78704

1 x 500ml

12,99€

(25,98€/1 l)

HORMON BALANCE

KAPSELN, 40g, 60 Stück

- mit Vitamin B6¹
- Unterstützung einer ausgeglichenen Hormonbalance
- für Frauen in verschiedenen Lebensphasen
- hormonfrei
- Reichweite: 30 Tage

¹ Vitamin B6 trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei.



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80149
1 x 60 Stück
24,99€
(624,75€/1 kg)



ANTI SCHWITZEN

PRESSLINGE, 36g, 90 Stück

- zur Unterstützung bei übermäßiger Schweiß- und Geruchsbildung
- mit Salbei, Alfalfa und Chlorophyll
- bei feuchten Händen, Nachtschweiß, stressbedingtem Schwitzen
- bei Achselnässe und wechselfjahresbedingten Hitzewallungen



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 73494
1 x 90 Stück
28,99€
(805,28 €/1 kg)

PREMIUM MENOPAUSE KOMPLEX

KAPSELN, 51,9 g, 60 Stück

- Regulierung der Hormontätigkeit mit Vitamin B6¹
- Unterstützung bei Hitzewallungen und Schweißneigung mit Salbei²
- Mehr emotionales Wohlbefinden mit Safran³

¹ Vitamin B6: Trägt zu einer normalen psychischen Funktion und zu einem normalen Energiestoffwechsel bei | Trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei | Trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei

² Salbeiblattextrakt: Trägt zum Komfort in den Wechseljahren bei | Traditionell verwendet zur Unterstützung bei übermäßigem Schwitzen

³ Safranextrakt: Trägt zum emotionalen Gleichgewicht bei | Hilft, eine positive Stimmung zu erhalten



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80346
1 x 60 Stück
39,99€
(770,52 €/1 kg)



Mondkalender 2025 - Monatsübersicht Oktober

Oktober		Diät	Friseur	Zahnarzt	OPs
1	Mi	☾	✓	Färben	
2	Do	☾	✓	Färben	
3	Fr	☾	✓	Färben	
4	Sa	☾	✓	Färben	
5	So	☾	✓	Färben	
6	Mo	☾	✓	Färben	
7	Di	☾	Fasten		
8	Mi	☾			
9	Do	☾			
10	Fr	☾			
11	Sa	☾			✓
12	So	☾			✓
13	Mo	☾			✓
14	Di	☾		✓	✓
15	Mi	☾		✓	✓
16	Do	☾	Kurzhaar	✓	✓

		Diät	Friseur	Zahnarzt	OPs
17	Fr	☾	Kurzhaar	✓	✓
18	Sa	☾	Kurzhaar	✓	✓
19	So	☾	Kurzhaar	✓	✓
20	Mo	☾		✓	✓
21	Di	☾	✓		
22	Mi	☾	✓	Färben	
23	Do	☾	✓	Färben	
24	Fr	☾	✓	Färben	
25	Sa	☾	✓	Färben	
26	So	☾	✓	Färben	
27	Mo	☾	✓	Färben	
28	Di	☾	✓	Färben	
29	Mi	☾	✓	Färben	
30	Do	☾	✓	Färben	
31	Fr	☾	✓	Färben	

Widder
Augen, Nase,
Kopf und Gehirn

Stier
Ohren, Mund,
Hals und Schild-
drüse

Zwillinge
Arme, Hände
und Schultern

Krebs
Brust, Lunge,
Magen, Leber
und Galle

Löwe
Herz, Kreislauf
und Rücken

Jungfrau
Darm, Milz und
Bauchspeichel-
drüse

Waage
Hüfte, Nieren
und Blase

Skorpion
Harnleiter und
Geschlechtsorgane

Schütze
Oberschenkel
und Muskeln

Steinbock
Knie, Haut und
Knochen

Wassermann
Unterschenkel und
Venen

Fische
Füße, Zehen
und Fersen

*Der abnehmende Mond gilt als besonders geeignet für Behandlungen oder Operationen. Aber: Jeder Körperteil ist einem Tierkreiszeichen zugeordnet. Laut Mondkalender sollten an einem Körperteil an den Tagen des zugeordneten Tierkreiszeichens keine verschiebbaren (in Akutsituationen keinesfalls warten!) Operationen oder Behandlungen durchgeführt werden.



VITAMIN D3 1.000 IE + K2 IN MCT-ÖL TROPFEN, 10 ml

- Vitamin D3 optimal dosiert, für **Vegetarier** geeignet
- **1000 IE (=25µg) Vitamin D3 pro Tropfen**
- plus Vitamin K2 (10µg/Tropfen) in Dosierung zum Erhalt normaler Knochen
- hohe Bioverfügbarkeit: Die fettlöslichen Vitamine D3 und K2 sind bereits in hochwertigem MCT-Öl aus Kokosöl und zusätzlich in Olivenöl gelöst
- leicht an den individuellen Bedarf anpassbar
- ideal für Menschen, die sich kaum im Freien aufhalten und auch im Sommer die Haut bedeckt haben
- für Menschen, die jeden Tag oder jeden 2. Tag Vitamin D3 supplementieren möchten
- sinnvoll auch für Menschen, die den Knochenerhalt unterstützen wollen (z.B. ältere Menschen)



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80002
1 x 10 ml
12,90€
(999,00€/1l)

EINFACHE,
PRAKTISCHE
EINNAHME



Deutsche Post 
ANTWORT

Bärbel Drexel GmbH
Landsberger Straße 442
81241 München

Das Porto
übernehmen
wir für Sie.

Versandkostenanteil 2,90€, versandkostenfreie Lieferung bereits ab 80,00€ Bestellwert und für Club-Mitglieder. Bei allen Bestellungen gelten unsere AGBs unter www.baerbel-drexel.de/agb. Die Nutzung Ihrer Daten erfolgt entsprechend unserer Datenschutzerklärung, die Sie unter baerbel-drexel.de/datenschutz abrufen können, zur Abwicklung Ihrer Bestellung und ggf. zur Bewerbung unserer Produkte. Ihre Einwilligung zur Nutzung Ihrer Daten zu Werbezwecken ist jederzeit widerruflich per E-Mail an service@baerbel-drexel.de oder durch eine entsprechende Nachricht an uns bzw. die in unserer Datenschutzerklärung angegebenen Kontaktdaten.

30 Tage Geld zurück Garantie: Neben dem Kauf auf Rechnung bieten wir Ihnen eine kostenfreie Rücksendung und schnelle Erstattung des Kaufpreises.
www.baerbel-drexel.de Tel. 08276 / 518 400 (Mo – Fr 8 – 20 Uhr, Sa., So. 9 – 19 Uhr)



Bärbel Drexel GmbH | Landsberger Str 442 | 81241 München



ZITRONE INGWER KNOBLAUCH KONZENTRAT, 300 ml

- mit Knoblauch und Vitamin B1 für eine normale Herzfunktion
- mit Vitamin B1 für mehr Energie
- mit Vitamin C für Nerven und Psyche – für mehr Wohlbefinden im Alltag
- 3-fach Power aus der Natur für das Immunsystem mit Vitamin C: vereint die positiven Eigenschaften von Knoblauch, Ingwer und Zitrone
- besonders reich an Vitamin C zur Unterstützung der Immunabwehr mit antioxidativen Eigenschaften
- angenehm frischer Geschmack

Art.-Nr. 80081
1 x 300 ml

29,99€
(99,97€/1 l)



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Ergänzende Informationen zu jedem Produkt finden Sie online unter www.baerbel-drexel.de. Irrtümer, Druck- und Schreibfehler vorbehalten.
Alle Preise sind inkl. Mehrwertsteuer (Deutschland); zzgl. Versandkosten nur 2,90€; **versandkostenfrei ab 80€ und für Club-Mitglieder.**

Online-Shop  
www.baerbel-drexel.de

Bestell-Telefon
08276 - 518 400
Mo. – Fr. 8 bis 20 Uhr | Sa., So. 9 bis 19 Uhr

Service & Beratung
08276 - 518 100
Mo. – Fr. 8 bis 18 Uhr