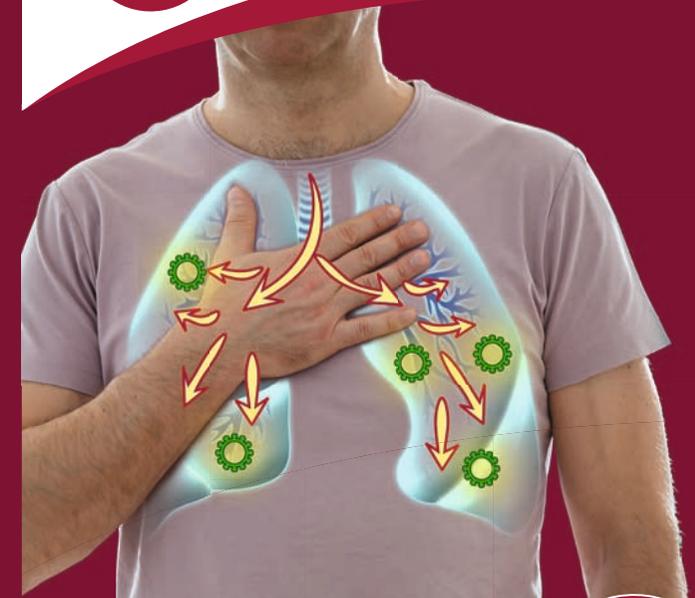


# Immunsystem und Atemwege schützen!

lungimun

NEU



VEGAN & ALLERGEN-FREI

„IN DER NATUR IST UNS ALLES GEGEBEN, WAS WIR ZUM SCHUTZ UND ZUR ERHALTUNG DER GESUNDHEIT BRAUCHEN.“

Naturheilkunde-Pionier  
Alfred Vogel (1902-1996)

Das Immunsystem spielt eine entscheidende Rolle in der Gesunderhaltung des menschlichen Körpers und insbesondere im Schutz der oberen Atemwege. Es besteht aus einem komplexen Netzwerk von Zellen, Geweben und Organen, die zusammenarbeiten, um den Körper vor Infektionen und Krankheiten zu schützen. Die oberen Atemwege, einschließlich der Nase, des Rachens und des Kehlkopfes, sind häufig die ersten Anlaufstellen für Krankheitserreger.

VEGAN & ALLERGEN-FREI



Weitere Informationen unter [www.hws.at](http://www.hws.at)

# IMMUNSYSTEM

<b>Vitamin D</b>	Vitamin D, das Sonnenvitamin, ist trotz seinem Namen eigentlich ein Hormon. Hinsichtlich des Immunsystems spielt Vitamin D eine wichtige Rolle bei der Unterstützung der normalen Funktion des Immunsystems.
<b>Selen</b>	Der Mineralstoff Selen trägt ebenfalls zur normalen Funktion des Immunsystems bei. Selen trägt zudem zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei und wirkt dadurch der Entstehung von freien Radikalen entgegen.
<b>Zink</b>	Zink, ein essentielles Spurenelement, ist für zahlreiche Prozesse im Körper unerlässlich und unterstützt ebenfalls die normale Funktion des Immunsystems. Zudem hat das Spurenelement eine antioxidative Wirkung und schützt die Zellen vor Schäden durch freie Radikale.
<b>Vitamin C</b>	Vitamin C, ein essentielles Vitamin trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Ebenso wirkt Vitamin C als Oxidans, was dazu beiträgt, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.
<b>Vitamin K2</b>	Vitamin K2 ist eine wichtige Ergänzung zu Vitamin D. Denn wird dem Körper Vitamin D zugeführt, so produziert dieser dadurch Vitamin K2-abhängige Proteine. Diese können allerdings nur produziert und aktiviert werden, wenn dafür ausreichend Vitamin K2 im Körper vorhanden ist
<b>Roter Ginseng</b>	Roter Ginseng ist eine spezielle Form von Ginseng, gewonnen aus der Wurzel der Ginseng-Pflanze, der vor allem in der traditionellen koreanischen Ernährungslehre verwendet wird. Er stimuliert die Produktion von T-Zellen, weißen Blutkörperchen, die einen Teil des adaptiven Immunsystems ausmachen. Ebenso unterstützt roter Ginseng das Immunsystem und trägt zur natürlichen Abwehr und zum reibungslosen Funktionieren des Abwehrsystems bei.

# OBERE ATEMWEGE, LUNGE UND ATEMWEGSTRAKT

## Ashwagandha

Ashwagandha, auch als „indischer Ginseng“ bekannt, wird in der traditionellen ayurvedischen Ernährungslehre verwendet und sehr geschätzt. Sie wird für ihre adaptogenen Eigenschaften geschätzt, was bedeutet, dass sie dem Körper helfen kann, Stress zu bewältigen und das Gleichgewicht wiederherzustellen. Ebenso kann Ashwagandha zur Erhaltung der Gesundheit des Atemtrakts beitragen.

## Kurkuma

Kurkuma zählt zur Familie der Ingwergewächse. Das charakteristische Merkmal von Kurkuma ist sein leuchtend gelbes Pigment, Curcumin, das auch für die meisten seiner gesundheitlichen Vorteile verantwortlich ist. In Bezug auf die oberen Atemwege und die Lunge wird Kurkuma oft wegen seiner antioxidativen Eigenschaften geschätzt.

## Ingwerwurzel

Ingwer ist eine Pflanze, deren Wurzel in der traditionellen Ernährungslehre Verwendung findet. Bekannt für seinen scharfen, würzigen Geschmack, enthält Ingwer eine Vielzahl von bioaktiven Verbindungen, die für seine gesundheitlichen Wirkungen verantwortlich sind. Ingwer trägt zur Aufrechterhaltung der Gesundheit der Atemwege sowie der Gesundheit der Bronchien bei; Zudem unterstützt es die Aufrechterhaltung einer optimalen Sekretion in den Atemwegen.