

A.Vogel

Terve ja rõõmsana
läbi talve!



Echinaforce

 tugevdab Teie immuunsüsteemi haigestumise ennetamiseks,

 kiirendab organismi haigusjärgset taastumist

Punane päevakübar on iidne indiaanlaste ravimtaim, mida nad tihti just külmetushaiguste ravimisel kasutavad.


Selle taime seemned tõi Euroopasse kuulus tai-meravi tohter Alfred Vogel eelmise sajandi keskel, mil hakati tootma ka Echinaforce tinktuuri.

Echinaforce'i toime on kliiniliselt tõestatud. Toode on tuntud kogu maailmas kõrge kvaliteedi poolest, mis tagatakse eriliste tootmisvõtete ja 100 laboratoorse kontrolletapiga.

Toode on 100% looduslik ja valmistatud vaid ökoloogilisest värskest toorainest kohe peale taime korjamist, mis tõstab toote efektiivsust veelgi.

Po-Ho õli

Po-Ho õli on naturaalsete eeterlike õlide segu külmetuste perioodil kasutamiseks:

 nohupulgana

 inhaleerimislahuse valmistamisel

 vanniveele lisamisel

 õlilambis

 riieatele, taskurätile, jalataldadele tupsutamiseks

UUDIS! Inhaleerimiseks kasuta PoHo Inhalaatorit



Loodusravi teerajaja
-aastast 1923

A. Vogel

www.bioforce.ee estinfo@bioforce.se

Kuidas külmal ajal tervist hoida

Külmal ajal haigestumisel on põhjusi palju, kuid esimeste haigusnähtude ilmnemisel tuleks kohe tegutseda.

Kas pole huvitav – külmetushaigused tabavad meid sagedamini siis, kui ilm soojeneb. Justkui tahaks nina matkida tilkuvat räästast. Miks? Kas lörtsise ilmaga saavad jalad sagedamini märjaks või on pisikud sompus ilmaga nakkavamad?

Põhjusi võib olla mitmeid, sealhulgas keha madalam vastupanuvõime ilmapuutuse ajal (meteostressist tingitud immuunsüsteemi pärsitus), pisikuid nõrgestava otsese päikesevalguse puudumine pilves ilmaga jms.

VANAINIMESTE TARKUS

Alati tasub meele pidada vanainimeste juttu, seda, mida vanaisa-vanaema või vanemad meile kooliajal pidevalt korrutasid – külmal ajal pane müts pähe, sall kaela, kindad kätte ja vaata, et jalad märjaks ei saa!

Mida vanemaks saame, seda väiksemaks jääb meil tervise reserv – võimalike vintsutuste hulk, mida keha suudab taluda haigeks jäämata. Sellepärast ongi vanainimesed nii targad – teavad kohe, mis tervisele hea ja mis paha. Sinna juurde tarkus elukogemustest.

Kuidas end kaitsta, kui kõik ümberringi aevastavad, köhivad ja nina pühivad? Kel hea tervis, ei peagi ilmselt väga pingutama, kui just pole tegu eriti nakkava haiguspuhanguga, sest külmetushaigusi tekitavaid viirusi on üle kaheksa.

Kel nina juba tilgub, võiks meenutada, et nohu möödub ravimisel ühe nädalaga, ent kui ei ravi, siis seitsme päevaga. Ülejäänud juhtudel võiks silmas pidada, et haiguspuhangu ajal vähendab nakkusohu nakkusallikaga kokkupuute puudumine, seetõttu vältige põhjuse- ta viibimist rahvarohkes seltskonnas.

Ärge puudutage kätega silmi, nina või suud – need on viiruste pesitsemiseks lemmikkohad.

Peske käsi sageli kuuma veega – see mitte ainult ei vähenda nakatumise tõenäosust, vaid peletab lisaks külma. Kätelt algavad energiatrajektorid (kanalid) lõpevad pea peal ja seetõttu aitab käelabade soojendamine leevendada algavat nohu või külmetusega kaasuvat peavalu.

Päevas tuleks teha mitu puhkepausi ning juua sel ajal vaid kuuma keedetud vett.

KOHE TEGUTSEDA

Magamatus, emotsionaalne või tööst põhjustatud stress, vale toitumine (nii priiskav rasvane ja magusarohke söök kui ka alatoitumine või vitamiinivaegus), suitsetamine, aga ka seksuaalsed liialdused ja kõik see, mis põhjustab sinise esmaspäeva sündroomi, nõrgestavad keha vastupanuvõimet haigustele.