

## Algus lk 643

■ **ANIISIÖLI** on antiseptilise, valuvaigistava, puhitusvastase, röga ja kõha lahtistava, toniseeriva ja ainevahetust stimuleeriva ning seedimist soodustava toimega.

■ **APELSIN** parandab meeleolu, aitab depressiooni vastu, tekitab rõõmu- ja rahutunnet, lõdvestab. Hästi sobib väsimuse all kannatajatele. Antiseptiline, hävitab baktereid. Kuna kaotab kiiresti oma mõju, tuleks seda osta korraga väiksemates kogustes.

■ **EUKALÜPTIÖLI**, mida kasutatakse meditsiinis ja aroomteraapias, toodetakse peamiselt sinise eukalüpti ehk palavikupuu, vähem lõhnaeukalüpti lehtedest veeauruga destilleerimise teel. Avab hingamisteed, puhastab ja värskendab toaõhku, takistab mikroorganismide paljunemist. Ravib hingamisteede infektsioonihagusi, reumahäireid ja lihasevalusid, kõrvalu ja põskkoopapõletikku.

■ **KADAKAS** aitab taastada hingelist tasakaalu stressi ja hirmude puhul. Stimuleerib vereringet, lümfitalitlust, tugevdab organismi immuunsüsteemi. Ei sobi kasutada raseduse, neerukivide ja munasarjapõletike korral.

■ **MANDARIIN** tasakaalustab närvisüsteemi, rahustab, lõdvestab, soodustab und. Virgutab seedimist ja sapieritust, leevendab krampe ja valusid. Lastele sobiv kõhuvalu, luksumise ja röhituste puhul. Antiseptiline, hävitab seeninfektsiooni. Taastab tervise pärast kurnavat haigust.

■ **MÄNNI** peamine mõjur on tärpentiin. Taastab hingelise tasakaalu. Puhastab õhku, värskendab. Ravib hingamisteede haigusi, leevendab artriiti ja lihasevalu, suurendab mehelikku potentsi ja elujõudu. Desinfitseerib toaõhku gripi ja teiste nakkushaiguste ajal.

■ **MÜRR** on araabia mürripuult saadav tugevalõhnaline mõru maitsega kummivaik. Võeti kasutusele umbes 5000 aastat tagasi. Kasutati peamiselt suitsutusvahendina mitmesugustel riitustel, surnute palsameerimisel ja hiljem meditsiinis. Mürr puhastab ning ravib hingamisteed, parandab seedeorganite tööd, ravib kopsupõletikku, kõhulahtisust, kilpnäärme ületalitlust, suuhaavu, viiruslikku maksapõletikku ja põnataudi.

■ **PIPARMÜNT** on tühis antiseptik. Vanas Egiptuses kasutati piparmünti toidu ja veini lõhnastamiseks. Piparmündiõlil on värskendav,

antiseptiline ja valuvaigistav toime. Tugeva antiseptikuna leiab rakendamist külmetushaiguste ja gripi, hingamissüsteemi õõnte ja urgete põletike, kõha, bronhiidi, nohu ning hingamisteede ärrituse korral, samuti nahapõletike ja nahaärrituste korral. Puhastab ja värskendab toaõhku. NB! Alla 6a laste puhul on piparmündiõli keelatud.

■ **SIDRUN** (*Citrus med. limonum*) on värske, puhas, ergutav, desinfitseerib toaõhku. Stimuleerib vereringet ja seedimist. Parandab töövõimet. Tugevdab organismi immuunsüsteemi.

■ **TEEPUU** liike on väga palju ja enamikust neist valmistatakse ka õlisid. On antiseptilise toimega ja desinfitseerib ruume. Parandab vastupanuvõimet, tõstab otsustusvõimet ja kaotab väsimuse. Sobib krooniliste infektsioonide korral. NB! Vastunäidustatud neeruprobleemide puhul. Võib ärritada tundlikku nahka.

■ **VIIRUK** ehk viirukipuu aitab hingamisteede haiguste puhul, astma, kurgupõletiku ja kõha korral. Rahustab närve. Soodustab sügavat hingamist, tasandab stressist põhjustatud häireid. Tugevdab vastupanuvõimet.

TOIVO NIIBERG

## Kaltsimag

**Oluliste mineraalide kolmikjõud tervete luude, südame-veresoonkonna, juuste, naha ja künte tarbeks**

Kaltsimag Forte sisaldab olulisi inimkeha toimimiseks tarvilikke mineraale. Kaltsium ja magneesium on vajalikud hoidmaks hambaid ja luid tervete ning tugevatena. Samuti aitavad nad säilitada vererõhu tervislikul tasemel ning toetavad närvi- ja lihassüsteemi toimimist. Tsink aitab kaasa immuunsüsteemi tööle ning on vajalik naha kvaliteedi parandamiseks. D-vitamiin soodustab kaltsiumi imendumist ja aitab sellega hoida organismi kaltsiumitaseme õiges vahekorras, mis omakorda on tugeva luustruktuuri aluseks.

### Kaltsimag Forte:

- Aitab tugevdada luid ja hambaid
- Toetab südame-veresoonkonna normaalset tööd
- Soovitav raseduse ja imetamise ajal, samuti tervise taastumisel ning suurenenud kehalise aktiivsuse korral



## Letsitiin

**Mälu ja kontsentratsiooni naturaalne parandaja**

Letsitiin edendab närvisüsteemi korrektset tööd ja aitab parandada kontsentratsiooni ning mälu. Ta on vajalik kasvatamisel ning nii mentaalseks kui füüsiliseks arenguks. Letsitiin aitab tugevdada keha immuunsüsteemi ja tagada südame-veresoonkonna normaalset toimimist. Lisaks eelnevale aitab letsitiin hoida kolesterooli normaalsel tasemel.

### Letsitiin:

- Parandab mälu ja kontsentratsiooni
- Aitab organismis säilitada normaalset kolesteroolitaset
- Aitab hoida südame-veresoonkonna normaalselt toimimas
- Edendab närvisüsteemi korrektset tööd



SAADAVAL APTEEKIDES JA E-POES [www.walmark.ee](http://www.walmark.ee),  
MAALETOOJA: OÜ REMEDEX, HARJUMAA, [www.remedex.ee](http://www.remedex.ee)