

Stark bei wetterabhängigen Kopfschmerzen



Föhn- & Wassertropfen comp

Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: wetterabhängige Beschwerden wie z.B. Kopfschmerzen und Kreislaufbeschwerden.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

In allen Apotheken erhältlich
PZN 5954187 (100 ml)
PZN 592905 (50 ml)
www.foehn-und-wassertropfen.de

Jetzt sparen mit der 20% Rabatt-Aktion

Probieren Sie hier zum einmaligen Aktionspreis noch bis zum 31.12.2023 die Föhn- und Wassertropfen von Dr. Reuther.

Dieses Angebot gilt nur für die erste Bestellung des Präparates über unsere Webseite oder vor Ort am Marktplatz 10 in Prien.

Wenn Sie mit dem Produkt zufrieden sind, erhalten Sie die Föhn- und Wassertropfen von Dr. Reuther in jeder Apotheke.

QR Code scannen, Rabattcode: **WYUH3X** bei Ihrer Bestellung eingeben.

Dr. Reuther

Marien-Apotheke | Inh. Dr. Clemens Reuther e.K. | Marktplatz 10 | 83209 Prien/Chiemsee www.apotheke-prien.de



Ein persönliches Wort!



Liebe Patientinnen und Patienten!

Die Gesundheit ist unser höchstes Gut – und doch ist sie vielen äußeren und inneren Einflüssen ausgesetzt. In dieser Ausgabe unseres Newsletters möchten wir Ihnen wertvolle Impulse geben, wie Sie Ihre Widerstandskraft stärken, Ihr Wohlbefinden aktiv fördern und sich somit auf einen unbeschwerten Sommer vorbereiten können.

Wir beginnen mit einem spannenden Blick in die Chinesische Medizin: Wie beeinflussen Wetter und Klima unsere Gesundheit, und welche Maßnahmen können Sie ergreifen, um wetterbedingten Beschwerden vorzubeugen? Ein uraltes Wissen, das in unserer modernen Zeit aktueller ist denn je.

Ein weiteres Thema ist die Entgiftung des Körpers. Ob durch bewusste Ernährung, Heilkräuter oder spezielle Detox-Methoden – Dr. Polonius zeigt Ihnen, wie Sie Ihren Organismus entlasten und neue Energie gewinnen.

Nicht zuletzt widmet sich unser Psychologe, Stefan H. Heuel, der inneren Kraft: Resilienz. In Zeiten hoher Belastung ist es wichtiger denn je, die eigene psychische Widerstandsfähigkeit zu stärken. Kleine Veränderungen im Alltag können Großes bewirken – er gibt Ihnen wertvolle Tipps, wie Sie mit Stress und Herausforderungen gelassener umgehen können.

Ich wünsche Ihnen viel Freude beim Lesen und freue mich, Sie auf Ihrem Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden zu begleiten.

Herzlichst,

Ihr Prof. Prof. h.c. (Shanghai)
Dr. TCM Dr. med. Harald Gumbiller

Krankmachende Faktoren in der Chinesischen Medizin: Das Wetter und seine Auswirkungen auf die Gesundheit

Von Prof. Prof. h.c. (Shanghai) Dr. TCM Dr. med. Harald Gumbiller



In der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) wird das Gleichgewicht von Körper und Geist als entscheidend für die Gesundheit betrachtet. Eine der Hauptursachen für Krankheiten in der TCM sind äußere pathogene Faktoren, die eng mit den klimatischen Bedingungen verbunden sind. Diese äußeren Faktoren, auch als die „sechs klimatischen Übel“ (六淫, liù yín) bezeichnet, umfassen Wind, Kälte, Hitze, Feuchtigkeit, Trockenheit und Sommerhitze. Sie können den Körper beeinflussen, wenn sein Abwehrsystem, das sogenannte Wei-Qi (Abwehrenergie), geschwächt ist.

1. Wind (风, Fēng): Der „Speerträger“ der Krankheiten

Wind wird in der TCM als der am häufigsten krankmachenden Faktor angesehen, da er oft als Träger anderer pathogener Einflüsse wie Kälte oder Hitze auftritt. Er ist mit plötzlichen und wechselnden Symptomen verbunden, wie z. B.:

- Kopfschmerzen,
- Nackensteifheit,
- Erkältungssymptome,
- wandernde Schmerzen in den Gelenken.

Wind wird oft als dynamisch und eindringlich beschrieben. Besonders im Frühling oder bei ungeschützter Exposition gegen kalte Luft ist der Körper anfälliger.

2. Kälte (寒, Hán): Der lähmende Einfluss

Kälte dringt besonders leicht in den Körper ein, wenn das Wei-Qi geschwächt ist. Sie blockiert die Zirkulation von Qi und Blut und führt zu:

- Muskelverspannungen,

- Schmerzen in den Gelenken (Kältebedingte Arthralgie),
- Kältegefühlen im Körper,
- Verlangsamung der Verdauung (z. B. Durchfall).

Winter oder kalte, feuchte Umgebung begünstigen diese Art von Erkrankungen.

3. Hitze (热, Rè): Der feurige Störer
Hitze als pathogener Faktor wird häufig mit Entzündungen und einem Übermaß an Yang-Energie in Verbindung gebracht. Symptome, die durch Hitze verursacht werden, umfassen:

- Fieber,
- Durst,
- gerötete Haut,
- Reizbarkeit oder Unruhe.

Krankheiten, die durch Hitze entstehen, treten typischerweise im Sommer auf, können aber auch durch emotionalen Stress oder übermäßigen Konsum von scharfen Speisen und Alkohol ausgelöst werden.

4. Feuchtigkeit (湿, Shī): Der zähe Eindringling

Feuchtigkeit wird in der TCM als besonders hartnäckig beschrieben. Sie verlangsamt den Fluss von Qi und Blut und führt zu Symptomen wie:

- Schweregefühl im Körper,
- Verdauungsbeschwerden (z. B. Appetitlosigkeit, Durchfall),
- Gelenksteifheit.

Feuchtigkeit ist häufig in Regionen mit hoher Luftfeuchtigkeit präsent oder entsteht durch anhaltenden Kontakt mit feuchter Umgebung.

5. Trockenheit (燥, Zào): Der Entziehende

Trockenheit wirkt dehydrierend auf den Körper und schädigt die Lungen und die Haut. Typische Symptome sind:

- Trockener Husten,
- Trockene Haut, Lippen und Schleimhäute,
- Verstopfung.

Trockenheit tritt vor allem im Herbst auf oder in Umgebungen mit sehr geringer Luftfeuchtigkeit.

6. Sommerhitze (暑, Shǔ):

Die extremste Form der Hitze Sommerhitze ist eine Sonderform der Hitze und tritt nur in den heißesten Monaten des Jahres auf. Sie ist häufig mit Feuchtigkeit gekoppelt und kann zu Symptomen wie:

- Hitzschlag,
- Schweregefühl,
- Erschöpfung,
- Kopfschmerzen und Schwindel führen.