



BÄRBEL DREXEL



GRATIS-VERSAND

auf Darm-Kategorie



**GRATIS
DARM-PRODUKT***

ANGEBOT IM
Januar

NATÜRLICH NATUR SEIT 1996



Liebe Kundin, lieber Kunde,

endlich Träume auspacken und Platz für Neues schaffen! Zu Beginn des Jahres schlagen wir ein frisches Kapitel auf.

Nach der turbulenten Zeit der Feiertage suchen viele nach innerer Balance. Ein perfekter Zeitpunkt also, um ehrlich nach innen zu blicken und zu reflektieren: Welche Prioritäten und Wünsche finden künftig in meinem Leben Platz? Welche Türen schließe ich bewusst? Wovon lasse ich mich inspirieren? Und danach darf es losgehen – mit guten Gewohnheiten und neuen Plänen.

Gesünder leben ist dabei oft das große Ziel und ein Vorsatz, der nur durch konkrete Schritte erfolgreich wird: zum Sportkurs gehen, gesunde Rezepte nachkochen, sich für einen neuen Job umsehen, Freundschaften pflegen, den Partner zum Date einladen ... Wie auch immer Ihre Vorhaben-Liste lautet: Feiern Sie dabei die kleinen Erfolge. Das schafft mehr Zufriedenheit und motiviert zum Dranbleiben.

Ihre (Alltags-)Abenteuer warten!

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

Eine gesunde Darmflora, auch Mikrobiom genannt, ist der Schlüssel zu einem starken Immunsystem, guter Verdauung und allgemeinem Wohlbefinden. Mit ein paar kleinen, liebevollen Veränderungen im Alltag können Sie Ihr Mikrobiom stärken und Ihrem Körper etwas Gutes tun. **Drei Tipps für eine gesunde Darmflora:**

- 1. Ballaststoffe integrieren:** Versuchen Sie, täglich mehr Gemüse, Vollkorn oder Samen wie Leinsamen in Ihre Ernährung einzubauen. Ihr Darm wird es Ihnen danken, denn diese Nährstoffe nähren die „guten“ Bakterien und regen durch ihr Quellvermögen den Darm an
- 2. Probiotische Lebensmittel genießen:** Probieren Sie doch mal naturbelassene Joghurts, Sauerkraut oder Kimchi – sie liefern lebende Kulturen, die Ihre Darmflora unterstützen und stärken können.
- 3. Weniger Zucker für mehr Gesundheit:** Schon ein kleiner Schritt, wie den Zucker im Kaffee zu reduzieren, kann helfen, schädliche Bakterien zu bremsen und Ihrem Mikrobiom Raum für Heilung zu geben.

Unsere Schätze der Natur bekommen ein neues Gewand



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

Durch den Wechsel von Plastik zu Glasverpackungen, gelingt es uns jährlich 10 Tonnen Plastikmüll einzusparen

Während der Übergangsphase kann es vorkommen, dass Sie Produkte noch in unserer bisherigen Plastikverpackung erhalten. Durch die Nutzung dieser Verpackungen tragen auch Sie dazu bei, dass wir gemeinsam die bestehenden Bestände verantwortungsvoll aufbrauchen. Vielen Dank für Ihr Verständnis und Ihre Unterstützung!



* Gratis Darm Produkt ab 50€ Bestellwert.

Gültig bis 22.01.2025. 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.



Sonnig und gesund: *Vitamin D!*

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 gut verträglicher 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

9,99€

(999,00€/1 l)



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

21,99€

(549,75€/1 kg)



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 – nur eine Kapsel pro Woche!



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79457

1 x 90 Stück

~~23,99€~~

11,99€

(133,22€/1 kg)



Mondkalender 2024 - Monatsübersicht Februar

Februar					Dtät	Friseur	Zahnarzt	OPs						Dtät	Friseur	Zahnarzt	OPs
1	Sa	☾	♈	✓		Färben			16	So	☾	♎				✓	✓
2	So	☾	♈	✓		Färben			17	Mo	☾	♎				✓	✓
3	Mo	☾	♈	✓		Färben			18	Di	☾	♎				✓	✓
4	Di	☾	♈	✓		Färben			19	Mi	☾	♏				✓	✓
5	Mi	☾	♏	✓		Färben			20	Do	☾	♏				✓	✓
6	Do	☾	♏	✓		Färben			21	Fr	☾	♏				✓	✓
7	Fr	☾	♏	✓		Färben			22	Sa	☾	♏				✓	✓
8	Sa	☾	♏	✓		Färben			23	So	☾	♏				✓	✓
9	So	☾	♏	✓		Färben			24	Mo	☾	♏				✓	✓
10	Mo	☾	♏	✓		Färben			25	Di	☾	♏				✓	✓
11	Di	☾	♏	✓		Färben / Langhaar			26	Mi	☾	♏				✓	✓
12	Mi	☾	♏	Fasten					27	Do	☾	♏				✓	✓
13	Do	☾	♏			Kurzhaar	✓	✓	28	Fr	☉	♏	✓				
14	Fr	☾	♏			Kurzhaar	✓	✓									
15	Sa	☾	♏			Kurzhaar	✓	✓									

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
Geschlechtsrgane

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 wartend!) Operationen oder Behandlungen durchgeführt werden.



ALLES AUF ANFANG
MIT DIESEM **15 TAGE
PROGRAMM**

Das Porto
übernehmen
wir für Sie.



~~64,98€~~

45,49€
Art.-Nr. 80312

-30%
IM SET

ZAUBER DES NEUANFANGS SET
MEHR INFORMATIONEN AUF DER
RÜCKSEITE



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Deutsche Post 
ANTWORT

Bärbel Drexel GmbH
Aichacher Straße 7
86674 Baar (Schwaben)

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/aggb. 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.

Natürliche Unterstützung für den Darm

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)



Gutes für Ihren Darm



DARM PRO MIT FLOHSAMENSCHALEN UND INGWER SACHET, 90g, 15 Stück, je 6g

- Mit 9 aktiven, sorgfältig ausgesuchten Bakterienkulturen. Durch eine spezielle Mikroverkapselung (ProbioAct®-Technologie) werden die Überlebensfähigkeit und die Ansiedlung der Bakterienstämme im Darm sichergestellt.
- 10 Verdauungsenzyme: Komplex aus kohlenhydrat-, fett- und eiweißspaltenden Enzymen, die natürlicherweise in den Verdauungsekreten vorkomme
- Flohsamenschalen: tragen mit natürlichen Ballaststoffen zur Förderung der Darmtätigkeit und zum Erhalt eines gesunden Darms bei
- Akazienfaser: gut verträglicher löslicher Ballaststoff als Nahrung für die positiven Darmbakterien
- Ingwer: unterstützt die Verdauung und normale Funktion des Verdauungstraktes
- Reichweite: 15 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80038

15 x 6g pro Stück

34,99€

(388,78€/1 kg)

Ideal für Personen, die

- ihre Darmfunktion und Verdauung auf natürliche Weise unterstützen möchten
- gelegentlich mit einem trägen Darm zu tun haben und Ihren Darmtransit anregen möchten
- ihren Darm präventiv ganzheitlich unterstützen möchten
- etwas für ihr Darm-Immunsystem tun möchten

Anwendungszeit

- 15 Tage als intensive Kur, z. B. während der Fastenzeit oder bei akuten Herausforderungen
- bei Bedarf mehrmals im Jahr, z. B. im Frühjahr und Herbst
- bei Bedarf über einen längeren Zeitraum

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)

MIT
FLOHSAMEN-
SCHALEN



DARM AKTIV MIT FLOHSAMENSCHALEN UND CALCIUM

PRESSLINGE, 108g, 180 Stück

- Flohsamenschalen unterstützen die natürliche Darmfunktion und helfen, die Darmpassage zu erleichtern
- Amlafrüchte helfen, die Regelmäßigkeit des Darms zu fördern
- Calcium trägt zu einer normalen Funktion von Verdauungsenzymen bei
- Kräuter wie Kardamom und Koriander unterstützen die Verdauung
- Reichweite 30 Tage



Art.-Nr. 79363
1 x 180 Stück
21,99€
(203,61 €/1 kg)



DARMBAKTERIEN MIT 6 KULTUREN

KAPSELN, 34g, 60 Stück

- einzigartige Kombination von 6 speziell ausgewählten Bakterienkulturen (6 Mrd. Darmbakterien pro Kapsel)
- die **pflanzliche**, magensaftresistente 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



Art.-Nr. 73154
1 x 60 Stück
26,99€
(793,82 €/1 kg)

MIT 6
DARMBAKTERIEN
KULTUREN



Produkte rundum Ihre Darmgesundheit

www.baerbel-drexel.de/anwendungsgebiete/darm



Der schnelle Verdauungs-Typ



Zählen Sie zum "schnellen Verdauungstyp" mit einem sensiblen Darm, der auf Belastungen wie Stress oder unbekannte Lebensmittel mit häufigem, eher weichem Stuhlgang reagiert? Sanfte Unterstützung und naturbasierte Helfer können helfen, den Darm zu beruhigen und wieder ins Gleichgewicht zu bringen.



DARMBAKTERIEN MIT 6 KULTUREN

siehe S.4

DARM CARE MIT WEIHRACH, BLUTWURZ, MELISSE UND VITAMIN B2

siehe S.3



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Basis-Darm-Kur



DARMBAKTERIEN MIT 6 KULTUREN

siehe S.4

2 x DARM BALLASTSTOFFE MIT INULIN

KAUPRESSLINGE, Kirsch-Orange, 280 Stück

- die Kombination der wertvollen und synergistisch wirkenden Ballaststoffe aus der Guarbohne, Akazienfasern und Inulin aus der Zichorienwurzel dienen den positiven Darmbakterien der Darmflora zur Ernährung
- dabei werden diese ausgesuchten, natürlichen löslichen Ballaststoffe von den Darmbakterien besonders gut verstoffwechselt
- die Rezeptur enthält einen sehr hohen Anteil an natürlichen Ballaststoffen



LACTOSEFREI



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) Wir sind für Sie da!

Geschichten aus dem Naturlabor

Wollten Sie schon immer wissen, welche Geschichten hinter unseren beliebten Produkten stecken? Heute nehmen wir Sie mit in die Geschichte von Bitter-Wohl mit 6 Kräutern Essenz:

Seit nunmehr fast 30 Jahren sind wir bei unserer ursprünglichen Kräuterrezeptur mit nur 6 Kräutern geblieben! Die Rezeptur enthält Auszüge aus Angelikawurzel, Tausendgüldenkraut, Enzianwurzel, Wermutkraut, Bitterklee und Ingwerwurzel. Wir verwenden Kräuter mit einer hohen Bitterkraft, so dass nur wenige Tropfen zur Anwendung ausreichen. Der Gehalt an ätherischen Ölen in den Kräutern sorgt zusätzlich für einen angenehm würzigen Geschmack.

Auf vielfachen Kundenwunsch haben wir im Jahr 2021 unsere Bitter-Wohl Essenz auf Alkoholbasis wieder ins Sortiment aufgenommen – für alle, die es ursprünglich bitter und aromatisch mögen. Die alkoholfreie Variante auf Salzbasis ist weiterhin erhältlich.

Unsere ersten Bittertropfen:

2013 haben wir uns entschieden, nur noch eine alkoholfreie Variante auf Salzbasis anzubieten:

Mit der Umstellung auf neue Etiketten hat auch die Bitter-Wohl Essenz ein neues Outfit erhalten.

1996



Essenz auf Alkoholbasis

2013



Bitter-Wohl Essenz auf Kristallsalzbasis

2018



Bitter-Wohl Essenz auf Kristallsalzbasis

2021



Essenz auf Alkoholbasis



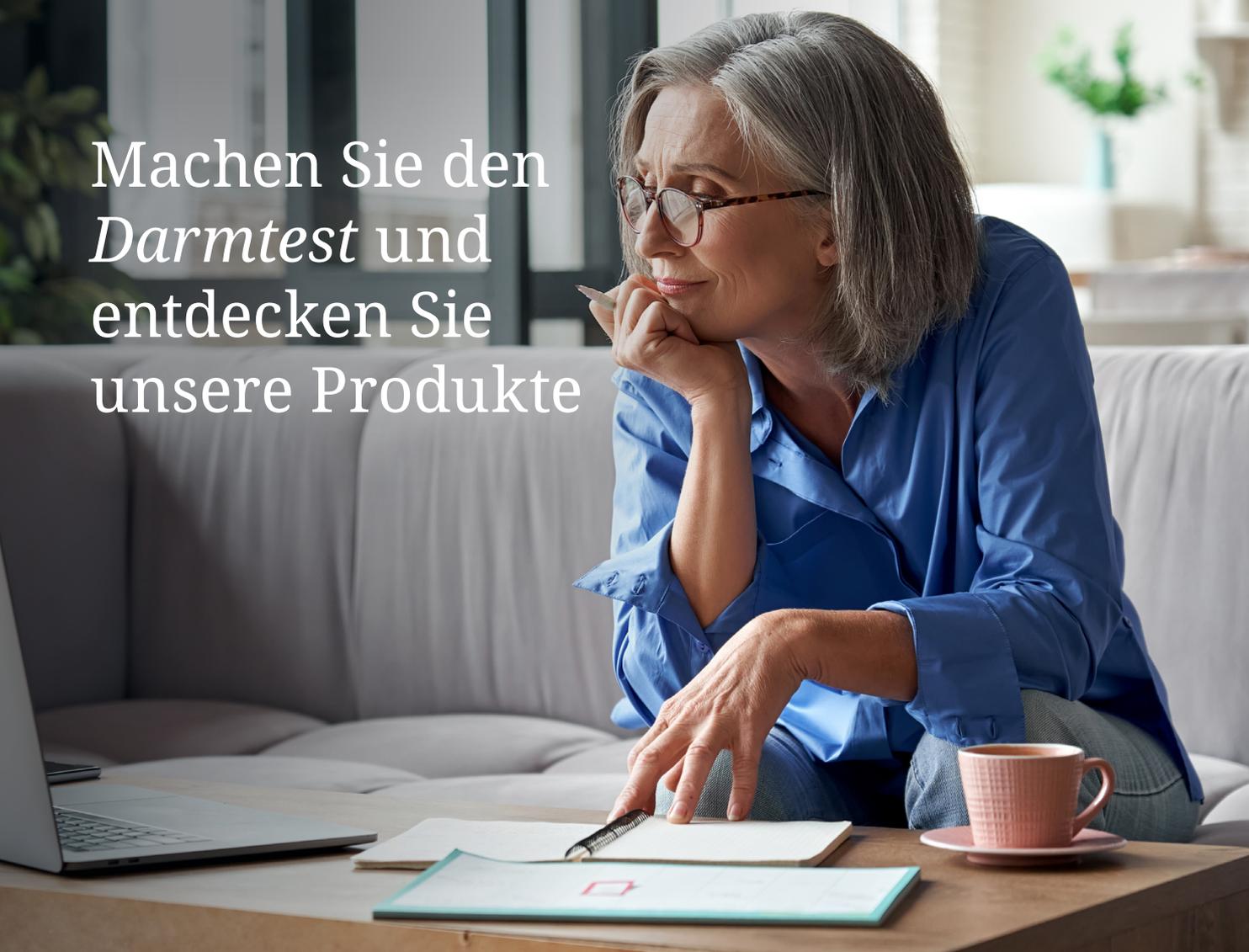
BITTER-WOHL MIT 6 KRÄUTERN ESSENZ, 50ml

- ideal bei Übelkeit und Völlegefühl
- wohltuend vor oder nach jedem Essen
- unterstützt auch bei Heißhungerattacken
- trägt zu einem ausbalancierten Darmmilieu bei
- Reichweite: 42 Tage



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

Machen Sie den
Darmtest und
entdecken Sie
unsere Produkte



Ein gesunder Darm ist die Grundlage für Ihr Wohlbefinden, da er entscheidend für Verdauung, Immunsystem und Energiehaushalt ist. Mit unserem Darmtest können Sie gezielt herausfinden, welche Unterstützung Ihr Verdauungssystem braucht, um in Balance zu bleiben.

Ob bei Verdauungsproblemen, Stress oder Nahrungsmittelunverträglichkeiten – gemeinsam finden wir die richtige Unterstützung für Ihre Darmgesundheit!

Hier geht's zum Test:

[https://www.baerbel-drexel.de/
anwendungsgebiete/darm](https://www.baerbel-drexel.de/anwendungsgebiete/darm)



Die Verdauung und das *Mikrobiom*: Was Ihre *Darmbakterien* für Sie leisten



In diesem Moment leben Billionen winziger Helfer in Ihrem Darm, die Tag und Nacht für Ihre Gesundheit im Einsatz sind. Diese mikroskopisch kleinen Mitbewohner – zusammen etwa so schwer wie Ihre Nieren – leisten Erstaunliches.¹

Sie helfen nicht nur bei der Verdauung, sondern beeinflussen auch Ihre Stimmung, Ihr Immunsystem und die Gesundheit Ihrer Haut. Wie bedeutsam diese kleinen Helfer sind, zeigen faszinierende Zahlen:

- Tatsächlich ist nur jede zweite Zelle in unserem Körper eine menschliche Zelle – die andere Hälfte gehört zu unseren bakteriellen Lebensbegleitern.²
- Und während wir Menschen mit unseren 23.000 Genen schon recht komplex erscheinen, verfügen unsere Darmbakterien über sage und schreibe 3 Millionen Gene.³

Dieses einzigartige Ökosystem in unserem Inneren – Fachleute nennen es "Mikrobiom" – ist so individuell wie ein Fingerabdruck. Es entwickelt sich ein Leben lang mit uns und reagiert sensibel auf unseren Lebensstil. Was wir essen, wie viel wir uns bewegen, wie wir schlafen: All das beeinflusst unsere mikroskopischen Mitbewohner. Und sie danken es uns, indem sie einen wichtigen Beitrag zu unserem Wohlbefinden leisten. Erfahren Sie, wie dieses faszinierende System funktioniert und was Sie tun können, damit Ihre kleinen Helfer Sie bestmöglich unterstützen können.

¹<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/19615307>

²<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27541692>

³<https://www.msmanuals.com/home/fundamentals/genetics/genes-and-chromosomes>
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11695-016-2429-0>

WO BEFINDET DAS MIKROBIOM?

Im Dickarm befindet sich das Reich unseres Mikrobioms. Die Bakterien verwandeln unverdauliche Nahrungsbestandteile in wertvolle Substanzen

für unseren Körper. Eine ihrer wichtigsten Aufgaben ist die Produktion kurzkettiger Fettsäuren aus löslichen Ballaststoffen.

Diese Fettsäuren sind essentiell für die Gesundheit unserer Darmschleimhaut und haben vielfältige positive Wirkungen auf den gesamten Organismus.⁴ Die Darmbakterien produzieren zudem weitere wichtige Botenstoffe, die über die Darmwand in unseren Körper gelangen und verschiedene Funktionen beeinflussen – von der Immunabwehr bis zur Stimmung.

⁴<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10180739>

WORAUS BESTEHT DAS MIKROBIOM?

Das Mikrobiom ist eine eigene kleine Welt in unserem Darm. Es besteht aus verschiedenen Mikroorganismen – hauptsächlich Bakterien, aber auch Pilze und Viren.⁵ Das Mikrobiom ist jedoch weit mehr als nur die Summe seiner Mikroorganismen. Es umfasst ein komplexes Ökosystem aus verschiedenen Komponenten:

- Die lebenden Mikroorganismen selbst (die sogenannte Mikrobiota)
- Ihre Stoffwechselprodukte wie kurzkettige Fettsäuren und andere Botenstoffe
- Strukturelle Bestandteile der Mikroorganismen, zum Beispiel ihre Proteine und Polysaccharide in der Zellwand
- Das genetische Material der Mikroorganismen, das wichtige Informationen für verschiedene Stoffwechselprozesse enthält

⁵<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7285218>

EIN HOCHORGANISIERTES SYSTEM

Diese mikroskopisch kleinen Lebewesen sind dabei keine zufällige Ansammlung, sondern ein hochorganisiertes System. Sie leben in verschiedenen Bereichen des Darms und erfüllen dort jeweils spezielle Aufgaben.

Manche siedeln direkt an der Darmwand, andere leben im Darminhalt. Einige vertragen Sauerstoff, andere können nur ohne Sauerstoff leben. Besonders faszinierend: Jeder Mensch trägt seine ganz persönliche Zusammensetzung dieser Bakterien in sich. Diese Individualität beginnt bereits bei der Geburt.

EIN LEBEN IM WANDEL

Auch im späteren Leben bleibt das Mikrobiom wandelbar. Es passt sich ständig an äußere Einflüsse an:

- Die Qualität unserer Verdauung ist besonders wichtig: Ein optimaler Verdauungsafluss unterstützt die bakterielle Balance. Werden hingegen Proteine und Fette nicht ausreichend verdaut, können sie die schädliche Fäulnisflora fördern und nützliche Milchsäurebakterien zurückdrängen.⁶
- Unsere Ernährung beeinflusst direkt, welche Bakterienarten sich vermehren können
- Medikamente, besonders Antibiotika, können die Zusammensetzung deutlich verändern
- Stress kann das empfindliche Gleichgewicht stören
- Regelmäßige Bewegung fördert eine gesunde Bakterienvielfalt
- Auch unser Schlafrhythmus spielt eine Rolle
- Diese Anpassungsfähigkeit hat Vor- und Nachteile: Einerseits macht sie das Mikrobiom anfällig für Störungen, andererseits können wir es durch unseren Lebensstil positiv beeinflussen.

⁶<https://www.gesund-inberlin.de/beschwerden/dysbiose>

WIE WICHTIG IST DAS MIKROBIOM FÜR DIE GESUNDHEIT?

Das Mikrobiom ist weit mehr als nur ein Helfer bei der Verdauung. Die Billionen Bakterien in unserem Darm sind wahre Alleskönner: Sie spalten Ballaststoffe auf, die unser Körper alleine nicht verwerten könnte, und produzieren dabei wertvolle Substanzen. Aus unverdaulichen Pflanzenfasern entstehen so wichtige kurzkettige Fettsäuren, die die Darmschleimhaut versorgen. Gleichzeitig stellen die Bakterien lebenswichtige B-Vitamine und Vitamin K her.

DER DARM ALS TOR ZUM IMMUNSYSTEM

Besonders beeindruckend ist die enge Verbindung zwischen Mikrobiom und Immunsystem: Etwa 70 bis 80 Prozent unserer Immunzellen sitzen im Darm.⁷ Die Darmbakterien trainieren dabei unser Immunsystem von Geburt an. Sie helfen ihm zu unterscheiden, welche Substanzen harmlos und welche gefährlich sind. Wie ein natürlicher Schutzschild bilden sie zudem eine Barriere gegen unerwünschte Keime. Gesunde Darmbakterien lassen schädlichen Eindringlingen buchstäblich keinen Platz zur Ansiedlung.⁸

⁷<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8001875>

⁸<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4425030>

BEEINFLUSST UNSERE PSYCHE

Über verschiedene Wege steht unser Darm in ständigem Austausch mit dem Gehirn. Das nennt man die **Darm-Hirn-Achse**. Die Darmbakterien produzieren dabei Botenstoffe, die auch unsere Stimmung beeinflussen können. 95 Prozent des Glückshormons Serotonin werden im Darm gebildet – unter Mithilfe der Darmbakterien.⁹ Diese Wechselbeziehung zwischen Darm und Gehirn erklärt auch, warum Stress sich auf unsere Verdauung auswirken kann und umgekehrt ein gestörtes Mikrobiom unsere Stimmung beeinflussen kann.

⁹<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5526216>

DIE HAUT-DARM-ACHSE

Was im Darm passiert, spiegelt sich auch auf unserer Haut wider. Ein gesundes Mikrobiom kann die Hautbarriere unterstützen. Es kann ein schönes Aussehen der Haut unterstützen und spielt oft auch bei Hautproblemen eine große Rolle.^{10,11} Die Darmbakterien produzieren dabei Substanzen, die über das Blut zur Haut gelangen und dort positive Effekte entfalten. Diese Erkenntnisse eröffnen neue Perspektiven für die Hautgesundheit.

¹⁰<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9311318>

¹¹<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9654002>

EIN SCHLÜSSEL ZUM GESUNDEN STOFFWECHSEL

Das Mikrobiom spielt eine große Rolle bei unserem Stoffwechsel. Es ist ein komplexes System, das folgende Aufgaben übernimmt:

- Unterstützt die Aufnahme und Verwertung von Nährstoffen
- Produziert wichtige Vitamine und Botenstoffe¹²
- Beeinflusst den Energiehaushalt¹³
- Kann Studien zufolge sogar unser Körpergewicht mitbestimmen¹⁴

¹²<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5847071>

¹³<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10334151>

¹⁴<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5082693>

EINFLUSS AUF HERZ-KREISLAUF

Auf diesem Gebiet besteht noch Forschungsbedarf. Doch das Mikrobiom könnte auch eine wichtige Rolle bei unserer Herzgesundheit zu spielen. Es wurde festgestellt, dass es die Bildung vom guten HDL-Cholesterin beeinflussen kann.¹⁵

¹⁵<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26358192>

NEUE ERKENNTNISSE ZUR ERNÄHRUNG UND SUCHTVERHALTEN

Eine aktuelle Studie zeigt überraschende Zusammenhänge zwischen unserem Mikrobiom und unserem Essverhalten. Forscher entdeckten, dass Menschen mit starkem Verlangen nach bestimmten Lebensmitteln eine andere Bakterienzusammensetzung im Darm aufweisen als Menschen ohne diese Gelüste.¹⁶

¹⁶<https://gut.bmj.com/content/73/11/1799>

SPORT UND MIKROBIOM: EIN STARKES TEAM

Bewegung tut nicht nur Muskeln und Herz gut – sie beeinflusst auch direkt unser Mikrobiom. Wissenschaftler der UCLA haben herausgefunden, dass regelmäßiger Sport die Zusammensetzung unserer Darmbakterien positiv verändert. Dabei spielt es keine Rolle, ob wir intensiv oder moderat trainieren. Die verbesserte Sauerstoffversorgung durch Sport schafft offenbar ideale Bedingungen für gesundheitsfördernde Bakterien. Gleichzeitig zeigt die Forschung: Ein gesundes Mikrobiom kann unsere Motivation zu körperlicher Aktivität steigern.¹⁷

¹⁷<https://www.news-medical.net/news/20240904/Breakthrough-antibiotic-targets-gum-disease-without-harming-microbiome.aspx>

DIE DARM-GEHIRN-VERBINDUNG UND PSYCHISCHE RESILIENZ

Eine spannende Entdeckung macht deutlich, wie eng Darm und Gehirn zusammenarbeiten: Menschen mit hoher psychischer Widerstandskraft zeigen bestimmte Muster in ihrem Mikrobiom.

Diese Menschen haben häufig:

- Eine größere Vielfalt an Darmbakterien
- Mehr Bakterien, die entzündungshemmende Stoffe produzieren
- Eine bessere Kommunikation zwischen Darm und Gehirn: Diese Erkenntnisse eröffnen neue Perspektiven für die Förderung der mentalen Gesundheit.¹⁸

¹⁸<https://www.uclahealth.org/news/article/new-microbiome-research-reveals-exercise-may-impact-gut>

WAS DIE FORSCHUNG NOCH BESCHÄFTIGT

Viele wichtige Fragen sind noch offen und werden aktuell erforscht:

- Welche Faktoren in den ersten Lebensjahren prägen das kindliche Mikrobiom?
- Wie können wir das Mikrobiom gezielt positiv beeinflussen?
- Welche Rolle spielen Probiotika als funktionelle Lebensmittel?
- Welche Rolle spielen Darmbakterien beim Erhalt der Gesundheit?¹⁹

¹⁹<https://nutritionsource.hsph.harvard.edu/microbiome/>

SO FÖRDERN SIE EIN GESUNDES, NORMALES MIKROBIOM

Je abwechslungsreicher unsere Ernährung, desto vielfältiger ist auch unser Mikrobiom. Setzen Sie auf einen bunten Speiseplan mit vielen verschiedenen Gemüse- und Obstsorten. Dabei sind zwei Arten von Ballaststoffen besonders wichtig:

- Die löslichen Ballaststoffe, wie zum Beispiel Inulin aus Chicorée, Artischocken oder Topinambur, dienen als direkte Nahrung für unsere Darmbakterien.
- Die unlöslichen Ballaststoffe, die wir etwa in Flohsamenschalen, Weizenkleie oder der Schale von Vollkornprodukten finden, unterstützen hingegen die Darmgesundheit, indem sie die Verdauung anregen und wie eine natürliche Darmbürste wirken.

Beide Ballaststoffarten ergänzen sich optimal und sorgen gemeinsam für ein gesundes Darmmilieu.

NAHRUNGSERGÄNZUNGSMITTEL INTEGRIEREN

Lebende Darmbakterienkulturen und lösliche Ballaststoffe arbeiten wie ein Team für Ihre Darmgesundheit. Lebende Bakterien unterstützen unser Mikrobiom direkt. Die löslichen Ballaststoffe sind ihre Nahrung.

BEWEGUNG EINPLANEN

Regelmäßige Bewegung tut nicht nur unserem Körper gut, sondern auch unseren Darmbakterien. Das muss kein Leistungssport sein: Schon tägliche Spaziergänge oder Gartenarbeit können die Vielfalt der Darmbakterien fördern.

ENTSPANNUNG FINDEN

Stress ist ein unterschätzter Einflussfaktor auf unser Mikrobiom. Finden Sie Ihre persönliche Methode zur Entspannung, sei es durch Meditation, Yoga oder einfach eine ruhige Tasse Tee. Auch ausreichend Schlaf ist wichtig für ein gesundes Mikrobiom – gönnen Sie Ihrem Körper die Ruhe, die er braucht. Fermentierte Lebensmittel wie Sauerkraut, Naturjoghurt, Kimchi, Kombucha oder Kefir enthalten lebende Bakterienkulturen, wie sie auch im menschlichen Darm vorkommen (in diesem Fall Milchsäurebakterien).

DIE RICHTIGEN GETRÄNKE WÄHLEN

Reduzieren Sie zuckerhaltige Getränke und übermäßigen Alkoholkonsum. Grüner Tee und Kaffee können sich positiv auf die Darmflora auswirken.²⁰

²⁰<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7282261/>

NATÜRLICH LEBEN

Ein übertrieben hygienischer Lebensstil kann unserem Mikrobiom schaden. Verbringen Sie Zeit in der Natur, gärtnern Sie oder halten Sie ein Haustier – all das kann zur mikrobiellen Vielfalt beitragen. Der Kontakt mit natürlichen Umgebungen bereichert unser Mikrobiom.

AUF DEN EIGENEN RHYTHMUS HÖREN

Regelmäßige Mahlzeiten in entspannter Atmosphäre sind wichtig für eine gesunde Verdauung. Nehmen Sie sich Zeit zum Essen und genießen Sie Ihre Mahlzeiten bewusst. Vermeiden Sie große Portionen am späten Abend und hören Sie auf die Signale Ihres Körpers.

VERARBEITETE LEBENSMITTEL REDUZIEREN

Stark verarbeitete Lebensmittel, übermäßig viel Zucker und künstliche Süßstoffe können das Mikrobiom aus dem Gleichgewicht bringen. Es gibt auch Hinweise darauf, dass künstliche Süßstoffe das Mikrobiom verändern können.²¹ Setzen Sie stattdessen auf natürliche, frische Lebensmittel. Kochen Sie möglichst oft selbst – so haben Sie die volle Kontrolle über Ihre Ernährung.

²¹<https://www.elsevier.com/connect/artificial-sweeteners-can-affect-your-gut-bacteria-researchers-find>

AUF EINE GUTE VERDAUUNG UND REGELMÄSSIGEN STUHLGANG ACHTEN

Eine gesunde Verdauung ist die Basis für ein ausgewogenes Mikrobiom. Hier einige wichtige Tipps:

- Bereits viele der oben erwähnten Maßnahmen können sich positiv auf die Verdauung auswirken.
- Priorisieren Sie auf bitterstoffhaltige Lebensmittel wie Chicorée, Radicchio, Rucola oder Artischocken. Die enthaltenen Bitterstoffe regen die Produktion von Verdauungssäften an und schaffen ein optimales Milieu im Darm.
- Natürliche Verdauungsenzyme können ebenfalls unterstützend wirken. Diese finden sich zum Beispiel in Ananas (Bromelain) oder Papaya (Papain).
- Gönnen Sie Ihrem Darm mindestens zweimal im Jahr eine Auszeit zur Regeneration. Eine sanfte innere Reinigung können Sie durch die Kombination aus Bakterienkulturen und löslichen Ballaststoffen unterstützen.
- Für eine gründliche Dampfpflege eignen sich zusätzlich natürliche Substanzen wie: Apfelpfektin, Aktivkohle, Chlorella-Algen, die reich an Chlorophyll sind.

FAZIT

Das Mikrobiom ist ein hochkomplexes Ökosystem, das unsere Gesundheit auf vielfältige Weise beeinflusst – von der Verdauung über das Immunsystem bis hin zu unserer psychischen Gesundheit. Die Forschung entdeckt dabei ständig neue, faszinierende Zusammenhänge zwischen unseren mikroskopischen Mitbewohnern und verschiedenen Körperfunktionen. Wir können selbst viel für ein gesundes Mikrobiom tun. Das gute dabei ist, dass die meisten Ansätze nicht nur für das Mikrobiom, sondern ohnehin für unser allgemeines Wohlbefinden empfehlenswert sind.

Natürliche Wohltat für Magen und Verdauung

OXYMEL VERDAUUNGS TONIKUM, 300 ml

- Basisessenz aus Honig und naturtrübem Apfelessig mit Kräuterauszügen aus Pfefferminze, Anis, Fenchel, Kümmel und Blutwurz, der Arzneipflanze des Jahres 2024
- plus Extrakte aus Melisse und Ringelblume sowie Vitamin B2 (Riboflavin)
- zur Unterstützung der Darmgesundheit und normaler Verdauungs- und Darmfunktionen¹
- Beruhigung und Entspannung des Darms²
- unterstützt eine normale Darmschleimhaut³

¹Pfefferminze hat einen positiven Einfluss auf die Darmgesundheit. Anis, Kümmel und Melisse unterstützen die Verdauung und tragen zur normalen Funktion des Darmtraktes bei

²Pfefferminze trägt zur optimalen Entspannung bei.

³Vitamin B2 trägt zum Erhalt normaler Schleimhaut bei.



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80281
1 x 300 ml

36,99€
(123,30€/1 l)



NEU

-15%
AUF UNSERE
DUOS

Oxymel
Verdauungs Tonikum
mit Fenchel, Kümmel
Anis und Vitamin B2!

NATÜRLICH NATUR

WOHLTAT FÜR
DEN MAGEN MIT
SÜSSHOLZ UND
MALVE



-15%
AUF UNSERE
DUOS

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

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



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 63529
1 x 250 ml

16,99€
(67,96€/1 l)

**BESTER
PREIS!**



BLÄHBAUCH RELAX MIT KÜMMEL

PRESSLINGE, 45g, 90 Stück

- sorgen mit blähungswidrigen Kräutern wie Fenchel, Kümmel und Anis für einen entspannten und flachen Bauch
- Kümmel kann die Gasbildung reduzieren und einem Blähbauch vorbeugen
- mit bitterstoffhaltiger Artischocke
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 74046

1 x 90 Stück

21,99€

(488,67€/1 kg)

L-GLUTATHION 400 MG MIT VITAMIN C UND SELEN

KAPSELN, 25g, 60 Stück

- bioaktive Form des Glutathions, d. h. **reduziertes L-Glutathion (GSH)** in Premium-Qualität: gewonnen mit Hilfe natürlicher Fermentation
- im Komplex mit **Vitamin C (PureWay-C®*)** und **Selen**: tragen zusätzlich zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress und zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- PureWay-C*: enthält natürliches Vitamin C mit Citrus-Bioflavonoiden
- 2 Kapseln (empf. Tagesdosis) enthalten 400mg Glutathion, 80mg Vitamin C (100%***) und 30µg Selen (54%***)
- Reichweite: 60 Tage

* Die Marke PureWay-C® und das PureWay-C® Logo sind Marken von One Innovation Labs, LLC.

*** % des Nährstoffbezugswertes nach EU-Verordnung



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79193

1 x 60 Stück

29,99€

(1199,60€/1 kg)



„Glutathion hilft dabei, besonders reaktionsfreudige Verbindungen im Körper zu inaktivieren und Fremdstoffe sowie körpereigene Abfallstoffe in eine Form zu bringen, die vom Körper ausgeschieden werden kann. Diäten, Stress, eine unzureichende Selenzufuhr und der natürliche Alterungsprozess können den Glutathionbedarf ansteigen lassen.“

Grit Leiendecker
HEILPRAKTIKERIN

Natürlicher Neustart für Körper und Geist



Ganzheitlich wohlfühlen mit Leichtigkeit und neuer Energie: Im Januar starten viele Menschen motiviert durch – in Form einer gezielten innerlichen Reinigung. Denn eine Entlastung von innen schenkt Körper und Geist einen wahren Frischekick, der garantiert für einen guten Start ins neue Jahr sorgt. Durch eine sanfte Reinigung können Sie insbesondere die Ausscheidungsorgane wie Leber, Nieren, Haut und Darm unterstützen, die rund um die Uhr unermüdliche Arbeit für Sie leisten.

Um dieser Selbstregulation des Körpers einen kräftigen An Schub zu verleihen und freien Weg für die Reinigungsprozesse zu bahnen, stehen Ihnen einfache, aber wirkungsvolle Maßnahmen zur Auswahl. Mit gleich mehrfacher Auswirkung: Sie entlasten den Organismus, fördern das natürliche Gleichgewicht und tanken neue Vitalität für all die wundervollen Dinge, die vor Ihnen liegen. Durch unsere Tipps stellen sich schon nach kurzer Zeit Wohlbefinden und innere Balance ein – für ein rundum gutes Körpergefühl und mehr Power im Alltag.

Und warum das Ganze? Bei unserem heutigen Lebensstil ist eine Entlastungskur sehr zu empfehlen: Immer mehr Luftverschmutzung, chemische Rückstände in Lebensmitteln, Schadstoffe im Wasser und Zusatzstoffe in konventioneller Kosmetik belasten unseren Körper. Zudem stehen viele von uns unter einem hohen Stresslevel. Zu viel Stress kann jedoch die Funktion von Organen wie Leber und Darm beeinträchtigen und die körperlichen Ausscheidungsfunktionen verlangsamen. Der Griff zu stark

verarbeiteten Lebensmitteln, Zuckerhaltigem und Fertiggerichten passiert ebenso oft nur allzu schnell. Eine Entlastungskur kann dann helfen, diese Ernährungsgewohnheiten zu durchbrechen. Es fällt uns danach leichter, wieder vermehrt zu nährstoffreichen, natürlichen, reinen Lebensmitteln zu greifen.

Eine weitere gute Nachricht, es mal mit einer Entlastungskur zu probieren: Den Körper von innen zu reinigen, ist mit wenig Aufwand verbunden. Denn der Erfolg liegt in den vielen kleinen Schritten, um verkrustete Verhaltensmuster loszulassen und neue, gesunde Gewohnheiten zu etablieren. Das betrifft sowohl das Abnehmen, als auch die eigene Fitness und das allgemeine Wohlbefinden. Natürlich gilt gerade in aktiven Entlastungsphasen, weitgehend auf ungesunden Konsum zu verzichten: Alkoholgenuss, Rauchen, Kaffee – all das sollte während einer natürlichen innerlichen Reinigungszeit möglichst Tabu sein. Für einen erfolgreichen Start, um Körper, Geist und Energiehaushalt künftig gut auf Kurs zu halten. Wenn Sie unsere einfachen Tipps und Tricks im Alltag berücksichtigen, ist ihr gesunder Neuanfang für 2025 gesichert – ganz ohne drastische Maßnahmen.

KÖRPERLICHE EFFEKTE DER ENTLASTUNGSPHASE

Sich um die aktive Entlastung Ihres Organismus zu kümmern, ist gleich in mehrerlei Hinsicht sinnvoll. Denn Ihre Leber, Nieren und die Haut filtern als zentrale Stoffwechsel- und Ausscheidungsorgane täglich Schad-

stoffe aus dem Körper, um diese abzubauen. Unterstützen Sie deren Arbeit, können Sie belastende Stoffe effizienter ausscheiden. Dann werden sich Ihre Energiekapazitäten voll und ganz auf die Verdauung und den Stoffwechsel konzentrieren können. Sie werden es mit einem deutlichen Energieanstieg spüren. Sind Ihre Nieren entlastet, halten Sie ein gutes Gleichgewicht im Flüssigkeitshaushalt – und Sie werden sich pudelwohl fühlen. Auch Ihre Haut profitiert, wenn Sie Ihren Ausscheidungsorganen unter die Arme greifen. Ihr Hautbild wird sich klären und Unreinheiten deutlich weniger zu sehen sein – für ein strahlendes Aussehen. Nicht zuletzt stärken Sie durch die Unterstützung von Leber und Co Ihr Immunsystem, da weniger Schadstoffe im Körper das Abwehrsystem nicht ständig überfordern. Die körpereigenen Abwehrzellen können sich ganz auf die Abwehr von unerwünschten Keimen konzentrieren, insbesondere während der Wintermonate.

MACHT EINE ENTLASTUNGSPHASE WISSENSCHAFTLICH SINN?

Es ist belegt, dass die Leber unerwünschte Stoffe in zwei Phasen abbaut. Die Enzyme, die in diesen Phasen aktiv sind, verwandeln fettlösliche Stoffe in wasserlösliche, die dann über die Nieren ausgeschieden werden können. Bestimmte Nährstoffe wie Antioxidantien und sekundäre Pflanzenstoffe unterstützen diese Prozesse.

Reinigungseffekt im Alltag

Ballaststoffreiche und bitterstoffhaltige Lebensmittel, viel Wasser oder Kräutertees und tägliche Bewegung unterstützen Sie bei einer innerlichen Reinigung.

Eine ausgewogene, kalorienreduzierte Ernährung und insbesondere Fasten ist für den Prozess der Autophagie wichtig – eine Art „Reinigung“ auf zellulärer Ebene.

Bei körperlicher Bewegung kommt die Durchblutung auf Touren, wird das Lymphsystem stimuliert, die Sauerstoffversorgung der Körperzellen verbessert und über den produzierten Schweiß die Ausscheidung über die Haut unterstützt..

Auch die Rolle des Mikrobioms im Darm ist in Entlastungsphasen ganz entscheidend. Denn die Forschung zeigt, dass ein gesundes Mikrobiom dabei helfen kann, belastende Substanzen besser auszuschleiden. Um den Darm bei der Ausscheidung von unerwünschten Stoffen zu unterstützen und gut zu versorgen, werden in Diäten ausreichend Ballaststoffe einbezogen. Außerdem schützen Antioxidantien wie Vitamin C, E, Selen und bestimmte Pflanzenstoffe die Zellen, indem sie freie Radikale neutralisieren, die zu erhöhtem oxidativem Stress führen können. Gesundes Essen und bei Bedarf entsprechende Nahrungsergänzung unterstützen diesen Effekt aktiv.

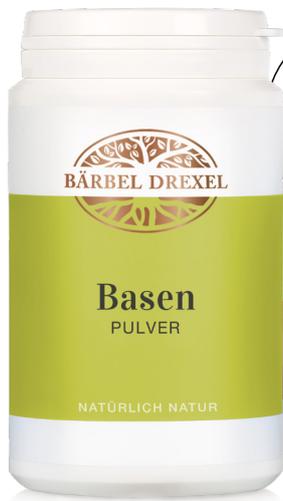
BEWUSSTE SELBSTFÜRSORGE BETREIBEN

Mindestens genauso wichtig für den inneren Neustart ist die Selbstfürsorge. Denn sie stärkt Ihr Wohlbefinden, das die Wirkung der natürlichen Reinigung fördert und Ihren Körper gezielt entlastet. Diese bewusste Aufmerksamkeit auf sich selbst können Sie ganz nach Ihrem eigenen Bedarf richten, sie macht Ihre Entlastungsphase nicht nur effektiver, sondern auch gesünder und nachhaltiger:

- **Stress reduzieren:**
Ein hoher Pegel an Stresshormonen wie Cortisol belastet Ihren Stoffwechsel und Ihre Leber. Sorgen Sie unbedingt für ausreichend Schlaf, regelmäßige Pausen und innere Ruhe.
- **Achtsam sein:**
Hören Sie in sich hinein: Habe ich Hunger? Bin ich müde? Brauche ich Abstand zum Alltag? Auf Ihre Körpersignale zu hören, ist wichtig. So entlasten Sie Ihren Körper sanft und übertreiben es nicht.
- **Wohlbefinden steigern:**
Was Ihnen gut tut, wissen Sie selbst am besten. Ob lesen, warme Badewanne oder sanfte Bewegung – steigern Sie Ihr inneres Gleichgewicht, indem Sie Ihren Geist entspannen.
- **Emotionale Balance:**
Unterstützen Sie sich geduldig in der Phase einer inneren Reinigung. Denn beim Abbau unerwünschter, gespeicherter Stoffe und Stoffwechselprodukte kann man emotional überreagieren.
- **Tief atmen:**
Für alle Nicht-Meditations-Profis: Bewusstes Atmen geht vollkommen ohne Vorkenntnisse und ist überall möglich – ob im Büro, am Esstisch oder im Café. Und es wirkt sofort entspannend.
- **Hobby beginnen:**
Vielleicht ist genau jetzt der richtige Zeitpunkt, um eine neue innere Leidenschaft zu heben? Vom kleinen Atelier im Keller bis zur neuen Sport-App – bleiben Sie neugierig und probieren Sie was aus.

LANGFRISTIG GESUND UND ZUFRIEDEN

Eine innerliche Reinigung kann kleine Wunder bewirken – für Ihren Körper und Ihr Wohlbefinden. Sie hilft, neue Energie zu tanken, sich leichter und fokussierter zu fühlen und sorgt für ein gutes Bauchgefühl, das von innen strahlt. Gönnen Sie sich die Zeit, um sich zu entlasten und Ihre Vitalität zu stärken. Starten Sie Ihre innere Auszeit, um frische Kraft fürs neue Jahr zu gewinnen.



MIT LECKEREM
HIMBEER-
GESCHMACK

-15%
AUF UNSERE
DUOS

BASEN PULVER

180g; inkl. Messlöffel

- unterstützt die Aufrechterhaltung eines normalen Säure-Basen-Stoffwechsels mit Zink und versorgt den Körper mit den basischen Mineralstoffverbindungen Magnesium-, Calcium- und Kaliumcitrat
- mit vitalstoffreichem Löwenzahnkrautextrakt zur Unterstützung der Verdauung
- ideal im Rahmen von Entlastungs- und Fastenkuren, aber auch geeignet zur Daueranwendung
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 77532

1 x 180 g

19,99€

(111,06€/1 kg)

PRODUKTBEWERTUNG



„Ich nehme das Pulver seit einigen Wochen und parallel dazu seit einem Monat die Basenpresslinge. Es tut meinem Körper einfach nur gut. [...] Danke für das tolle Produkt!!! Darf nicht mehr ausgehen.“

Paulimann M.

BASEN

PRESSLINGE, 90g, 180 Stück

- mit basischen Mineralstoffen und Angelikawurzel
- Zink trägt zu einem normalen Säure-Basen-Stoffwechsel bei
- leckerer Vanille-Schoko-Geschmack
- Reichweite: 45 Tage



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70324

1 x 180 Stück

15,99€

(173,80€/1 kg)



BIS ZU
-25%
IM SPAR
ABO

Zentrales Stoffwechselorgan *Leber*

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)

UNSERE
BEWÄHRTEN
PRESSLINGE



-20%
IM SPAR
ABO



AUF BASIS VON
HONIG
UND APFELESSIG



-15%
AUF UNSERE
DUOS

OXYMEL LEBER KRÄUTER-AUSZUG MIT MARIENDISTEL UND ARTISCHOCKE

100 ml; inkl. Messbecher

- wohltuender Kräuter-Auszug mit Mariendistelsamenextrakt, Artischockenkraut, Löwenzahnwurzel und Vitamin E.
- zur Unterstützung der normalen Leberfunktion mit Mariendistel und Artischocke
- die ideale tägliche Dosis an wohltuenden Bitterstoffen
- Vitamin E wird eingesetzt, um die Leberzellen vor oxidativem Stress zu schützen
- Reichweite: 10 Tage



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79508

1 x 100 ml

11,99€

(119,90€/1 l)

BESTER
PREIS!

LEBER AKTIV 5-IN-1

KAPSELN, 36g, 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
- Mariendistelextrakt 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

27,99€

(777,50€/1 l)

PREMIUM
PFLANZENEXTRAKTE
NUR 2 KAPSELN
TÄGLICH



-15%
AUF UNSERE
DUOS

Natürlich zum Wohlfühlgewicht

Senior Wohlfühlgewicht Set

Ab einem gewissen Alter wird es infolge eines sinkenden Grundumsatzes und eines träger werdenden Stoffwechsels immer schwieriger, das Gewicht zu halten. Bellaform Stoffwechsel Express trägt mit Zink zu einem normalen Kohlenhydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsel bei. Spezielle Faserkomplexe aus den Blättern des Feigenkaktus helfen, das Gewicht zu kontrollieren, indem sie bei der Reduzierung des Appetits und der Verringerung der Kalorienaufnahme unterstützen.



~~81,17€~~

56,82€

Art.-Nr. 80317

-30%

IM SET

1 x BELLAFORM STOFFWECHSEL EXPRESS MIT WAKAME UND PEPERONI

PRESSLINGE, 60g, 120 Stück

- durch die Aktivierung der Stoffwechselprozesse mit Enzymen, Zink, Selen, Vitamin C und Algenmineralien-Komplex kann das Gewichtsmanagement an den Problemzonen unterstützt werden
- mit wertvollem Multi-Enzym-Komplex, Peperoniextrakt und Spurenelementen
- Zink trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen wie Kohlenhydraten, Fetten und Eiweiß bei
- Reichweite: 60 Tage

2 x BELLAFORM FETTBINDER MIT FEIGENKAKTUS

KAPSELN, 94g, 120 Stück

- Feigenkaktus unterstützt die Gewichtskontrolle, indem er zum Fettstoffwechsel beiträgt und hilft, den Appetit zu kontrollieren
- Spezielle Faserkomplexe in den Blättern der Pflanze bilden eine natürliche Schleuse im Darm für überschüssiges Fett oder übermäßige Zuckermengen
- Reichweite: 2x 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI



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)



BELLAFORM MULTI-AKTIV EIWEISS-SHAKE PULVER, 450 g

- Wohlgeschmeckender Shake mit biologisch hochwertigem Eiweiß für ein angenehmes Sättigungsgefühl
- die Kombination aus wertvollen pflanzlichen Proteinen und Milcheiweiß trägt zum Erhalt der Muskelmasse bei, und unterstützt so eine straffe, schöne Körpersilhouette
- die ausgleichenden Eigenschaften von Ashwagandha, Zimt und B-Vitaminen auf den Stress- und Blutzuckerspiegel reduzieren das Verlangen nach süßen, kalorienhaltigen Speisen und helfen insbesondere auch, Heißhungerattacken entgegenzuwirken

SCHOKO-CHILI: Art.-Nr. 78327
VANILLE-ZIMT: Art.-Nr. 72826



1 x 450 g
24,99€
 (55,53 €/1 kg)

-15%
AUF UNSERE
DUOS

PRODUKTBEWERTUNG



„Nehme dieses Produkt jetzt schon über mehrere Monate und es hat schon Erfolg gezeigt...“

Dixi M.

BELLAFORM FETTBINDER MIT FEIGENKAKTUS KAPSELN, 94g, 120 Stück

- Feigenkaktus unterstützt die Gewichtskontrolle, indem er zum Fettstoffwechsel beiträgt und hilft, den Appetit zu kontrollieren
- Spezielle Faserkomplexe in den Blättern der Pflanze bilden eine natürliche Schleuse im Darm für überschüssiges Fett oder übermäßige Zuckermengen
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 77159
1 x 120 Stück
~~28,99€~~
21,74€
 (231,28€/1 kg)

BIS ZU
50%
 AUF UNSERE
 DUOS



BELLAFORM BUNTNESSSEL AKTIV FETTSTOFFWECHSEL

PRESSLINGE, 60g, 120 Stück

- wertvolle Pflanzenextrakte aus Indischer Buntnessel, Mate und Jiaogulan
- Zink und Chrom tragen zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen wie Fetten, Kohlenhydraten und Eiweiß bei



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 76223
1 x 120 Stück

~~24,99€~~

18,74€

(312,33€/1 kg)

BIS ZU
50%
AUF UNSERE
DUOS



BELLAFORM ABNEHMPOWER 4-FACH AKTIV MIT GRÜNTEE

KAPSELN, 19g, 30 Stück

- patentierter Blutorangen-Extrakt Morosil® enthält reichlich Polyphenole und Vitamin C für den Energiestoffwechsel
- mit Grünteextrakt zur Unterstützung des Fettstoffwechsels und der Gewichtskontrolle
- mit Zink zur Unterstützung eines normalen Fettstoffwechsels
- Capsaicin aus Cayennepfeffer kann zur Gewichtsreduktion beitragen
- zur Begleitung der Gewichtsabnahme bei kalorienreduzierter Ernährung und viel Bewegung
- Reichweite: 30 Tage



BIS ZU
30%
AUF UNSERE
DUOS



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78674

1 x 30 Stück

19,99€

(1.052,11€/1 kg)

BELLAFORM FIGUR DARMBAKTERIEN MIT 10 KULTUREN

KAPSELN, 14g, 30 Stück

- symbiotische Bakterien-Mischung aus 10 Bakterienkulturen
- sorgen für eine gezielte Anreicherung der Darmflora mit figurunterstützenden" Bakterienkulturen
- mit Chrom, welches zu einem normalen Stoffwechsel von
- Makronährstoffen wie Fetten, Kohlenhydraten und Eiweiß beiträgt
- mit hochwertigen Ballaststoffen aus der Zichorie, als direkte Nahrung für die guten Bakterien
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78184
1 x 30 Stück

~~15,99€~~

12,79€

(913,57 €/1 kg)

BIS ZU
60%
AUF UNSERE
DUOS



Vegan leben – ein gesunder Lebensstil für Körper und Geist

Fleischlos, frei von tierischen Produkten, laktose- oder glutenfrei: Ernährungsweisen sind heute vielfältiger denn je. Während einige Menschen aufgrund von Nahrungsmittelunverträglichkeiten ihre Ernährung anpassen, verfolgen andere eine bestimmte Ernährungsweise aus ethischen, ökologischen oder gesundheitlichen Gründen. Die vegane Ernährung ist dabei längst nicht mehr nur ein Trend, sondern für viele eine bewusste Lebensphilosophie geworden.

LEBENSMITTEL HABEN EINEN TIEFGREIFENDEN EINFLUSS AUF UNSEREN KÖRPER UND UNSERE PSYCHE.

Wussten Sie?

*Der Großteil
unserer Produkte
ist vegan.*

Wissenschaftliche Studien zeigen, dass unsere Ernährung nicht nur dafür sorgt, dass wir körperlich gesund und leistungsfähig bleiben, sondern auch unser seelisches Wohlbefinden beeinflusst. So steuert unsere Nahrung biochemische Prozesse im Körper, die etwa den Stoffwechsel, die Gehirnleistung und die Aktivität unseres Darms betreffen. Was wir essen, hat also nicht nur

einen Effekt auf unsere körperliche Gesundheit, sondern kann auch unsere Stimmung und unser Denken beeinflussen. Das Deutsche Institut für Ernährungsforschung in Potsdam hat herausgefunden, dass unsere Ernährungsgewohnheiten die Gehirnaktivität und damit auch unser Verhalten beeinflussen können. Speziell das Mikrobiom im Darm, also die dort lebenden Mikroorganismen, trägt nachweislich zum psychischen Wohlbefinden bei. Einige Forscher vermuten, dass hohe Mengen an Cholesterin und Transfettsäuren, wie sie in Fast Food vorkommen, Entzündungen und Depressionen fördern können. Eine gesunde Ernährung – wie die vegane – ist daher ein wichtiger Schlüssel, um langfristig gesund zu bleiben.

VEGANUARY – BEWUSST INS NEUE JAHR STARTEN

Der Januar ist die Zeit des Neubeginns, und genau hier setzt der Veganuary an: eine internationale Bewegung, die Menschen dazu einlädt, einen Monat lang vegan zu leben. Diese Initiative ermutigt dazu, das neue Jahr mit Achtsamkeit für sich selbst und die Natur zu beginnen. Millionen Menschen weltweit nutzen den Veganuary als Chance, ihre Ernährungsgewohnheiten zu überdenken und die zahlreichen Vorteile einer pflanzenbasierten Ernährung zu entdecken.

GESUNDHEITLICHE VORTEILE EINER VEGANEN ERNÄHRUNG

Eine vegane Ernährung, die reich an Gemüse, Obst, Vollkorngetreide, Hülsenfrüchten und Nüssen ist, bietet viele gesundheitliche Vorteile. Pflanzliche Lebensmittel enthalten wertvolle Vitamine, Mineralstoffe und Ballaststoffe, die den Körper mit allem versorgen, was er braucht. Studien zeigen, dass Menschen, die sich vegan ernähren, oft ein gesünderes Herz-Kreislauf-System, einen niedrigeren Cholesterinspiegel und ein geringeres Risiko für bestimmte chronische Erkrankungen haben. Gerade in der kalten Jahreszeit kann eine ausgewogene vegane Ernährung dazu beitragen, das Immunsystem zu stärken und den Körper mit

wichtigen Nährstoffen zu versorgen. Der Verzicht auf tierische Produkte reduziert zudem die Aufnahme von gesättigten Fetten und Cholesterin, was das allgemeine Wohlbefinden unterstützt.

IM EINKLANG MIT DER NATUR

Vegan zu leben bedeutet, sich bewusster mit den Lebensmitteln auseinanderzusetzen, die wir konsumieren, und eine engere Verbindung zur Natur aufzubauen. Pflanzenbasierte Ernährung trägt dazu bei, Ressourcen zu schonen und die Natur, die uns umgibt, zu schützen. Gerade für Menschen, die sich im Alltag im Einklang mit der Natur fühlen möchten, ist die vegane Ernährung eine sinnvolle Ergänzung zu einem nachhaltigen Lebensstil.

Der Veganuary ist eine wunderbare Gelegenheit, um das Jahr achtsam und im Einklang mit der Natur zu beginnen. Durch eine pflanzliche Ernährung können Sie nicht nur Ihrer Gesundheit Gutes tun, sondern auch Ihre Verbindung zur Natur stärken. Starten Sie bewusst und mit frischer Energie ins neue Jahr – und entdecken Sie die vielen Vorteile einer veganen Lebensweise!

TIPPS FÜR DEN VEGANUARY

1. Schrittweise Umstellung

Nutzen Sie den Veganuary, um neue pflanzliche Rezepte zu entdecken. Es gibt viele schmackhafte Alternativen zu Fleisch und Milchprodukten, die gesund und nährstoffreich sind.

2. Auf Nährstoffe achten

Eine ausgewogene vegane Ernährung ist leicht umzusetzen, wenn man darauf achtet, alle notwendigen Nährstoffe zu sich zu nehmen. B-Vitamine, Vitamin D sowie Eisen und Jod sind wichtige Bestandteile, die über vegane Lebensmittel oder Nahrungsergänzungsmittel aufgenommen werden können.

3. Entdecken Sie die Vielfalt

Vollkorngetreide, Hülsenfrüchte, Samen und Nüsse sind wahre Nährstoffwunder. Sie bieten eine breite Palette an wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen, die den Körper mit allem versorgen, was er braucht, um gesund zu bleiben.

Nährstoffe für *Veganer*



EIWEISSKOMPLEX VEGAN MIT ERBSEN- UND HANFPROTEIN

PRESSLINGE, 155 g, 344 Stück

- zur Ergänzung einer proteinreichen Ernährungsweise mit hochwertigem Erbsen-, Reis-, Hanf- und Cranberryprotein
- gute Verwertbarkeit durch hohe Bioverfügbarkeit
- für mehr Kraft der Körper- und Stützmuskulatur bis ins hohe Alter
- Proteine tragen zur Zunahme und Erhaltung der Muskelmasse und zur Erhaltung normaler Knochen bei
- Reichweite: 29 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79546

1 x 344 Stück

22,99€

(148,32€/1 kg)

-15%
AUF UNSERE
DUOS



BIS ZU
-20%
AUF UNSERE
TRIOS

Multivitamin & Mineralstoffe

PRESSLINGE

NATÜRLICH NATUR



MULTIVITAMIN & MINERALSTOFFE

PRESSLINGE, 72 g, 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

14,99€

(208,19€/1 kg)

VITAMIN B12 MIT ROSENWURZ

LUTSCHPRESSLINGE, 36 g, 90 Stück

- schnelle und direkte Versorgung mit Vitamin B12 zum Lutschen
- Vitamin B12 trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- durch Rosenwurz ausgleichend, vitalisierend und ideal zur Anpassung an emotionalen Stress
- mit 250 µg Vitamin B12 pro Pressling
- Reichweite: 90 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79099

1 x 90 Stück

14,99€

(416,39€/1 l)



-15%
AUF UNSERE
DUOS

Nahrungsergänzung mit *Omega-3 Fettsäuren*

ASTAXANTHIN + OMEGA 3 + VITAMIN D3 VEGAN

KAPSELN, 47 g, 60 Stück

- fürs Immunsystem und die Herz-Kreislauf-Gesundheit
- mit DHA und EPA für eine normale Herz-¹, Gehirn- und Sehfunktion²
- ideale Einstiegsvariante für diejenigen, die neu in der Welt von Astaxanthin sind
- hohe Bioverfügbarkeit und Depot-Wirkung im Körper
- nur 1 Kapsel anstelle von 3 Kapseln schlucken
- nur 1 Produkt statt 3 kaufen
- frei von Schwermetallen und hormonverändernden Substanzen
- 100% vegan

¹ Die positive Wirkung wird durch den täglichen Verzehr von 250mg DHA und EPA erzielt.

² Die positive Wirkung wird durch den täglichen Verzehr von 250mg DHA erzielt.



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79489

1 x 60 Stück

43,99€

(935,96€/1 kg)

NURNOCH
GERINGE
STÜCKZAHL
VORHANDEN

BIS ZU
-15%
AUF UNSERE
DUOS



NEU



-15%
AUF UNSERE
DUOS

OMEGA-3 AUS ALGENÖL VEGAN 500mg EPA/DHA

KAPSELN, 42 g, 30 Stück

- reich an DHA und EPA
- direkte und optimale Versorgung mit DHA und EPA bei hoher Bioverfügbarkeit
- enthalten 375 mg DHA und 125 mg EPA pro Kapsel
- für Herz, Gehirn, Sehkraft^{1,2}
- höchste Reinheit und Frische
- 100% vegan
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80126

1 x 30 Stück

24,99€

(595,00€/1 kg)

OMEGA-3

KAPSELN, 49 g, 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: 37 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 72086

1 x 75 Stück

19,99€

(407,96€/1 kg)



-15%
AUF UNSERE
DUOS

Unterstützung für Muskeln & Gelenke



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 abgerundet mit Ingwerextrakt, Vitamin D und B6, Kupfer und Mangan
Reichweite: 30 Tage – nur 2 Kapseln täglich



-15%
AUF UNSERE
DUOS



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78822

1 x 60 Stück

32,99€

(989,67€/1 kg)

Mehr über Muskeln und Knorpel erfahren Sie auf unserem Blog:

www.baerbel-drexel.de/blog/gelenke-knorpel



WEIHRAUCH
FÜR DIE
GELENKE



-15%
AUF UNSERE
DUOS

WEIHRAUCH 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



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70946

1 x 140 Stück

21,99€

(392,68€/1 l)

PRODUKTBEWERTUNG



„Nehme das Präparat schon viele Jahre und bin sehr zu frieden.“

Wolfgang E.



-25%
IM SPAR
ABO

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
- Teufelskralle hilft die Beweglichkeit und das Wohlergehen in den Gelenken aufrechtzuerhalten
- Reichweite: 32 Tage



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70213

1 x 192 Stück

19,99€
(208,23€/1 kg)



MSM

KAPSELN, 65g, 60 Stück

- enthalten die natürliche Verbindung MSM (Methylsulfonylmethan) als Schwefelspender für den menschlichen Körper
- MSM-Schwefel wird besonders gut vom Körper aufgenommen und dient zur nachhaltigen Versorgung der Knorpel
- als Bestandteil von Gelenkschmiere und Gelenkkapsel wird MSM insbesondere bei starker Gelenkbelastung benötigt
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 76058

1 x 60 Stück

16,99€
(261,38€/1 kg)

NACHHALTIGE
VERSORGUNG
DER KNORPEL



-15%
AUF UNSERE
DUOS

Die umfassende *Vitalstoff-Formel* für die *Knochengesundheit*

Unsere Knochen tragen uns durch das Leben und das ist wortwörtlich ein Knochenjob. Starke, stabile und gesunde Knochen sind daher die Basis für Gesundheit, Bewegung, Wohlbefinden und damit Lebensqualität – bis ins hohe Alter.

Der Bärbel Drexel Knochen Komplex ist die Vitalstoff-Formel für die Knochengesundheit und Prävention für jeden ab 30. Die konstante Einnahme der Bärbel Drexel Knochen Vitalstoffe kann zur Erhaltung normaler Knochen beitragen und deren Gesundheit, Dichte und Stabilität in jedem Alter erhalten. Das Besondere am Bärbel Drexel Knochen Komplex ist die spezielle Kombination aus Mineralstoffen und Vitaminen mit Pflanzenstoffen, welche synergistisch zusammenwirken und damit der Erhaltung einer stabilen Knochenstruktur dienen.

KNOCHEN KOMPLEX

PRESSLINGE, 90 g, 120 Stück

- Erhaltung der Knochengesundheit¹
- Zufuhr aller relevanten Mikronährstoffe für Knochen und verbundene Gewebe wie Bindegewebe², und Muskeln³ sowie Knorpel⁴
- Beitrag zu Zahngesundheit⁵

¹Calcium wird für die Erhaltung normaler Knochen benötigt. Magnesium, Vitamin D3, Vitamin K2, Zink und Mangan tragen zur Erhaltung normaler Knochen bei.

²Mangan trägt zu einer normalen Bindegewebsbildung bei

³Calcium, Magnesium und Vitamin D3 tragen zu einer normalen Muskelfunktion bei

⁴Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion bei

⁵Calcium wird für die Erhaltung normaler Zähne benötigt



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80193

1 x 120 Stück

34,99€

(388,78 €/1 kg)

NEU



**KNOCHEN-
GESUNDHEIT
ERHALTEN**



„Sportmedizinischen Erkenntnissen zufolge können insbesondere Sportarten mit hohem Muskelkraftaufwand die Knochenstruktur positiv beeinflussen. Krafttraining, mind. 2 x pro Woche, mit möglichst verschiedenen Übungen (Rumpf, Beine, Schultergürtel und Arme) ist dafür ideal. Hierbei wechselt die Muskeltätigkeit beständig zwischen Zug und Druck, was sich positiv auf den Knochenstoffwechsel auswirken und einem Abbau von Knochenmasse entgegenwirken kann. Die Intensität sollte dabei die von Alltagstätigkeiten deutlich übersteigen, man darf also ordentlich ins Schwitzen kommen und beim Training auch die Muskeln spüren. Kurze, intensive Belastungen scheinen hierbei einen höheren knochenaufbauenden Effekt zu haben als langandauernde, weniger intensive Übungen.“

Grit Leiendecker
HEILPRAKTIKERIN

Gut versorgt mit Magnesium

MAGNESIUM CALCIUM MIT KURKUMA

PRESSLINGE, 150g, 200 Stück

- Magnesium- und Calciumcitrat mit Sofort-Effekt PLUS Magnesium- und Calciumcarbonat für die Depot-Wirkung
- plus Vitamin D3 und Kurkuma
- Weitere Komponenten der Rezeptur wie Schachtelhalm- und Brennnesselblattpulver sowie Kieselerde sorgen für eine besonders gute Bioverfügbarkeit aller Inhaltsstoffe
- Die Presslinge haben einen leckeren Orangengeschmack und lassen sich bequem in die tägliche Ernährung integrieren



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79143

1 x 200 Stück

15,99€
(106,60 €/1 kg)



-15%
AUF UNSERE
DUOS



-20%
AUF UNSERE
DUOS



ISOTONISCHER ELEKTROLYTE** DRINK

MIT SOFORT-MAGNESIUM, KALIUM, EISEN & NATÜRLICHEN B-VITAMINEN (RGEN-BSM)¹, 450g

- unterstützt Elektrolytgleichgewicht und Muskelfunktion², Blutdruck und Herzfunktion³, Sauerstofftransport und Blutbildung⁴, Energiestoffwechsel und zur Verringerung von Müdigkeit⁵
- reich an Kalium
- mit Calcium, Magnesium, Eisen, Zink, Selen, Mangan und Kupfer
- plus natürlicher Vitamin B-Komplex mit höchster Bioverfügbarkeit
- ohne Zusatz von Natrium und Zucker
- nur reinste, natürliche Zutaten
- Reichweite: 30 Portionen

** Magnesium trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei.

¹ RGen-BSM belongs to RGen™. RGen™ is a trademark of Orgeneticx, 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 450g

~~36,99€~~

33,29€

(73,98 €/1 kg)



-25%
IM SPAR
ABO



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
- 400mg Magnesium pro Tagesverzehrmenge – individuelle Anpassung möglich
- Reichweite: 50 bis 100 Tage



Art.-Nr. 68876

1 x 200 Stück

19,99€
(199,90€/1 kg)

Magnesium ist gut für ...

- eine normale Muskel- und Nervenfunktion
- einen normalen Energiestoffwechsel
- weniger Müdigkeit und Ermüdung
- eine normale Eiweißsynthese
- den Erhalt normaler Knochen und Zähne
- das Elektrolytgleichgewicht und die Zellteilung



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 bis 100 Tage



Art.-Nr. 70333

1 x 200 Stück

18,99€
(189,90€/1 kg)



-15%
AUF UNSERE
DUOS

Rundum Versorgung für Herz und Kreislauf

Nattokinase ist ein Enzym, das aus fermentierten Sojabohnen gewonnen wird. Es verdankt seinen Namen dem traditionellen japanischen Gericht Natto, bei dem Sojabohnen durch die Bakterienart *Bacillus subtilis* var. *natto* fermentiert werden. Diese Bakterien produzieren das Enzym Nattokinase, das inzwischen auch von Wissenschaftlern intensiv erforscht wird.

Nattokinase ist bekannt für seine fibrinolytische Aktivität. Fibrinolytisch bedeutet „blutverdünnend“. Nattokinase weist eine hohe fibrinolytische Aktivität auf und wurde in zahlreichen Studien erforscht. Die meisten Untersuchungen über die fibrinolytische Aktivität von Nattokinase wurden mit einer Dosierung von 100 mg durchgeführt, was 2000 FU (FU = Fibrinolytische Einheiten) pro Tag entspricht.



NATTOKINASE

KAPSELN, 21.9g, 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)

NEU



FERMENTIERT
NACH
JAPANISCHER
TECHNIK

-15%
AUF UNSERE
DUOS

Ideal für Menschen, die

- einen aktiven Lebensstil führen
- viel sitzen und sich wenig bewegen
- ältere Menschen



MIT BITTERSTOFFEN
AUS DER
ARTISCHOCKE

-15%
AUF UNSERE
DUOS



CHOLESTERIN FIT
PRESSLINGE, 50 g, 125 Stück

- zur natürlichen Unterstützung eines normalen Cholesterinspiegels und normaler Blutfettwerte mit Artischocke
- Artischocke unterstützt die Leber-Gallen-Funktion und trägt zum Wohlbefinden im Darm bei
- mit Apfelpektin und löslichen Ballaststoffen aus Hafer
- Reichweite: 31 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70592

1 x 125 Stück

16,99€
(339,80€/1 kg)

HERZ & KREISLAUF

KAPSELN, 17,2 g, 30 Stück

- mit antioxidativ wirkendem Traubenkernextrakt (OPC)
- Schwarzer Knoblauchextrakt kann zum Erhalt der Herz-Kreislauf-Gesundheit beitragen
- Olivenöl-Polyphenole tragen dazu bei, die Blutfette 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



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79188

1 x 30 Stück

28,99€
(1525,79€/1 kg)



MIT EFFEKTIVER
3-FACH-WIRKUNG

-15%
AUF UNSERE
DUOS

MIT
WERTVOLLEN
OLIVEN-
BLÄTTERN



-15%
AUF UNSERE
DUOS

BLUTDRUCK

PRESSLINGE, 110g, 220 Stück

- mit Kalium, welches zum Erhalt eines **normalen Blutdrucks** beiträgt
- Olivenöl-Polyphenole tragen **zum Schutz der Blutfette** vor oxidativem Stress bei
- tragen mit Magnesium und Vitamin C zu einer normalen Muskelfunktion bei
- Reichweite: 37 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 66267

1 x 220 Stück

22,99€
(209,00€/1 kg)



„Bei der Fermentation von Knoblauch entstehen Pflanzenstoffe mit einer hohen antioxidativen Aktivität wie die schwefelhaltige Verbindung S-Allylcystein (SAC). Sie ist die Leitsubstanz des schwarzen Knoblauchs und verursacht weder die typische „Knoblauchfahne“ noch unangenehme Ausdünstungen über die Haut.“

Grit Leiendecker
HEILPRAKTIKERIN

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)



KLEINE KAPSEL
-
**250MG EXTRAKT/
KAPSEL**



KREISLAUF TROPFEN

30 ml

- Weißdorn und Ginkgo unterstützen die Kreislauf-funktionen des Körpers
- Ingwer wirkt Schwindelgefühlen entgegen mit stimulierenden und kräftigenden Effekten
- Rosmarin besitzt kreislaufanregende und durchblutungsfördernde Eigenschaften
- Reichweite: 20 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 74655
1 x 30 ml
13,99€
(466,33€/1 l)

Coenzym Q10 & *das Herz*

Das Herz ist der Motor des Lebens, der unseren Körper ständig mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Durch Stress, ungesunde Ernährung oder Bewegungsmangel können wir es jedoch überlasten. Dabei vollbringt das Herz täglich Höchstleistungen, indem es bis zu 10.000 Liter Blut durch unsere Gefäße pumpt. Um diese Energie zu liefern, sind Herzmuskelzellen reich an Mitochondrien – winzige Kraftwerke, die Energie bereitstellen. Eine Herzzelle enthält bis zu 2.000 Mitochondrien, und hier spielt Coenzym Q10 eine entscheidende Rolle.

Coenzym Q10 ist ein Schlüsselenzym, das als "Zündkerze" der Energiegewinnung fungiert. Es hilft dabei, Energie aus Nährstoffen in den Zellen zu erzeugen. Organe mit hohem Energiebedarf, wie Herz, Muskeln und das zentrale Nervensystem, benötigen besonders viel Q10. Der Körper kann diesen Stoff jedoch nur begrenzt selbst produzieren, weshalb die Aufnahme über die Nahrung wichtig ist.

Mit zunehmendem Alter sinkt der Q10-Gehalt im Körper. 40-Jährige haben im Schnitt 30% weniger Coenzym Q10 im Herzmuskel und 80-Jährige 60% weniger als gesunde 20-Jährige. Daher kann es sinnvoll sein, ab 40 täglich eine zusätzliche Portion Coenzym Q10 zu sich zu nehmen. Natürliche Quellen sind pflanzliche Öle, Fisch, Nüsse und Fleisch, allerdings müsste man große Mengen dieser Lebensmittel verzehren, um genügend Q10 zu bekommen.

Ein erhöhter Bedarf an Coenzym Q10 entsteht durch Stress, körperliche Anstrengung oder die Einnahme bestimmter Medikamente, wie Cholesterinsenker (Statine). Q10 schützt die Zellen auch vor oxidativem Stress, der durch freie Radikale entsteht."

Herz Vital & Coenzym Q10 Set



~~38,98€~~

27,29€

Art.-Nr. 80279

-30%
IM SET

HERZ VITAL

PRESSLINGE, 64g, 160 Stück

- Vitamin B1 trägt zu einer normalen Herzfunktion bei
- Weißdorn unterstützt die Herzfunktionen
- Herzgespannkraut unterstützt das Herz-Kreislauf System
- Reichweite: 80 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

COENZYM Q10 MIT VITAMIN E

KAPSELN, 13g, 30 Stück

- Coenzym Q10 ist wichtiger Energiefaktor für die Herzmuskelzellen
- zur nutritiven Unterstützung der Energieleistung der Zellen durch Vitamin B2
- mit Vitamin B2 und E zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress
- Reichweite: 30 Tage



LACTOSEFREI



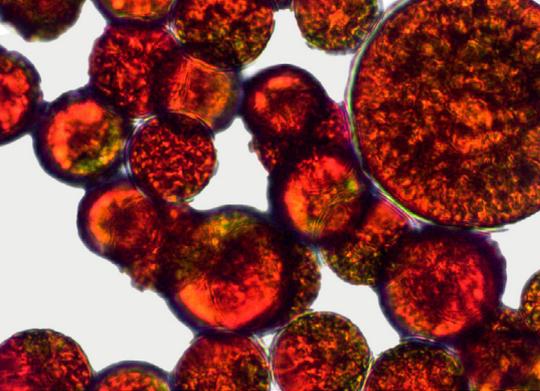
VEGAN



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)



Das natürliche *Plus an* *Energie*

Natürliches Astaxanthin wird auch gern „König der Carotinoide“ genannt – jener Stoffgruppe, die Pflanzen ihre rötlich-gelbe Farbe verleiht. Einzigartig sind die außergewöhnlichen antioxidativen Eigenschaften des Astaxanthins. Die höchste Astaxanthin-Konzentration besitzt mit Abstand die Mikroalge *Haematococcus pluvialis*. Sie bildet den intensiv roten Naturfarbstoff Astaxanthin, um sich vor stressigen Umweltbedingungen zu schützen.

Astaxanthin ist besonders wertvoll, um das allgemeine Wohlbefinden zu erhalten und den Körper nachhaltig zu unterstützen. Es gehört zu den wenigen Pflanzenstoffen, die auch in der Forschung außerordentliche Beachtung finden.

Die positiven Studienergebnisse beziehen sich ausschließlich auf natürliches Astaxanthin. Aus diesem Grund und gemäß unserer Philosophie „Natürlich Natur“ verarbeiten wir in unseren Produkten ausschließlich natürliches Astaxanthin aus der Alge *Haematococcus pluvialis*.

Grit Leiendecker

HEILPRAKTIKERIN



Dieses Produkt empfehlen wir ...

- zur allgemeinen Steigerung der Vitalität und Leistung
- zur Vorbereitung der Haut auf die Sommerzeit
- für ein aktives Immunsystem zu jeder Jahreszeit

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

21,49€
(895,42€/1 kg)



Dieses Produkt empfehlen wir ...

- für den Energieschub am Morgen oder zwischendurch
- bei Konzentrationsschwierigkeiten und geistiger Müdigkeit
- vor sportlichen Aktivitäten
- + Extra 1: praktisch für alle, die keine Presslinge mögen
- + Extra 2: mit Vitamin C für die Immunabwehr

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

ACEROLA-KIRSCHBE/BLUTORANGE: Art.-Nr. 73972

ARONIA/MARACUJA: Art.-Nr. 73974

GRANATAPFEL/JOHANNISBEERE: Art.-Nr. 69016

HIMBEERE/LIMETTE: Art.-Nr. 75377

ORANGE/GRAPEFRUIT: Art.-Nr. 69018



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

1 x 250 ml
19,99€
(79,96€/1 l)

Dieses Produkt empfehlen wir ...

- in herausfordernden Zeiten und bei hohem Stresspegel
- als ergänzendes Nahrungsergänzungsmittel in Regenerationsphasen
- bei regelmäßiger, langanhaltender Bildschirmtätigkeit
- bei ausdauerhaften, sportlichen Betätigungen
- + Extra 1: hochdosiert mit 6 mg Astaxanthin/Kapsel
- + Extra 2: hochwertige Nährstoffe aus der ganzen Alge durch Astaxanthin-Algen-Komplex

ASTAXANTHIN FORTE KAPSELN

KAPSELN, 36g, 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: 2x 60 Tage Unterstützung



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79123
1 x 200 Stück
34,99€
(971,94€/1 kg)

Spirulina und Chlorella: kleine Algen, große Unterschiede

Sie sind klein, grün und nährstoffreich. Spirulina und Chlorella sind zwei Algen, die sich als Nahrungsergänzung großer Beliebtheit erfreuen. Aufgrund dieser Ähnlichkeiten kann man die beiden Algen auf den ersten Blick durchaus verwechseln. Doch zwischen den kleinen Algen bestehen große Unterschiede. Wir stellen sie Ihnen vor. [Intro]

BIOLOGIE - GRÜN UND BLAU

Bei Spirulina und Chlorella handelt es sich um einzellige Algen. Auch wenn beide grün sind, ist nur Chlorella auch aus biologischer Sicht eine Grünalge.

Spirulina zählt dagegen zu den Blaualgen und in der Tat mischt sich hier ein leichter Blautön in das vorherrschende Dunkelgrün.

Unter dem Mikroskop werden weitere Unterschiede deutlich: Spirulina verfügt über keinen ausgeprägten Zellkern und nur dünne Zellwände. Jede Zelle von Chlorella besitzt dagegen einen eigenen Kern und wesentlich robustere Wände. Beides ist für die Anwendung und Wirkung der Algen von großer Bedeutung.

GRÖSSENUNTERSCHIEDE

Für das bloße Auge sind Spirulina und Chlorella beide nicht zu erkennen. Das bedeutet jedoch nicht, dass die beiden Algen gleich groß (oder vielmehr gleich klein) sind. Spirulina besitzt einen Durchmesser von bis zu 5 Mikrometern und wird bis zu 3 Mikrometer hoch. Die annähernd kugelförmige Chlorella erreicht Durchmesser von bis zu 10 Mikrometern und kann damit doppelt so groß werden. Zum Vergleich: Ein Stecknadelkopf hat einen Durchmesser von 1000 bis 3000 Mikrometern (1 bis 3 Millimetern).

LEBENSRAUM UND KULTIVIERUNG

Die Azteken kannten Spirulina bereits als Nahrungsmittel. Die Blaualge war zum Beispiel auf dem extrem salzhaltigen Texcoco-See heimisch, der im Süden des heutigen Mexiko liegt. Auch in manchen Teilen Afrikas ist Spirulina schon seit Jahrhunderten ein fester Bestandteil des Speiseplans. Unter günstigen Bedingungen breitet sich die Alge rasch aus und bietet so eine schnell nachwachsende Nahrungsquelle. Spirulina fühlt sich in Salz- und Süßwasser gleichermaßen zu Hause.

Die gezielte Kultivierung von Spirulina erfolgt in Regionen mit konstant wärmeren Temperaturen, zum Beispiel in Kalifornien, auf Hawaii, in China und Indien. Dort kann sich die Alge in flachen Zuchtbecken ungestört ausbreiten. Das Wasser wird immer in Bewegung gehalten. So können alle Spirulina-Algen gleichermaßen genügend Sonne tanken.

Chlorella kann im Gegensatz zu Spirulina nur in Süßwasser überleben. Aufgrund ihrer hohen Teilungsrate ist sie dort aber fast weltweit verbreitet. In Asien und Süd- und Mittelamerika war sie schon länger als Nahrungsmittel geläufig.

Es gab in der Vergangenheit Bemühungen, Chlorella als Grundnahrungsmittel zu etablieren, doch die Massenproduktion stellte sich als zu kostspielig heraus. Als Nahrungsergänzungsmittel wird die Chlorella

Alge hauptsächlich in den USA und in Asien kultiviert. Auch hier ist gleichmäßige Wärme sehr hilfreich. Die größte europäische Kultivierung erfolgt in Klötze in Sachsen-Anhalt.

NÄHRSTOFFE - VORTEILE

Dass Chlorella in einigen Regionen der Welt schon lange als Nahrungsmittel geläufig war, liegt an der Kombination aus Nährstoffreichtum und schneller Vermehrung dieser Alge. Als spezialisierter Nährstofflieferant hat Spirulina dennoch die Nase vorn. So enthalten sechs Spirulina Presslinge** 2,9 mg Beta-Carotin. Aus dem Beta-Carotin kann der Körper Vitamin A herstellen und so bereits 60 % seines Tagesbedarfs decken. Dazu enthält Spirulina sehr viel Eiweiß, versorgt den Körper mit Eisen, den Vitaminen B12 und K und den acht essentiellen Aminosäuren. Auch 10 nicht-essentielle Aminosäuren und Chlorophyll sind in Spirulina in nennenswerten Mengen enthalten.

Obwohl auch Chlorella äußerst nährstoffreich ist, kann die Süßwasser-Alge hier in vielen Bereichen nicht mithalten. Sechs Chlorella Presslinge** von Bärbel Drexel zum Beispiel enthalten nur 0,8 mg Beta-Carotin. Doch wichtiger als die absoluten Zahlen ist die Verwertbarkeit. Spirulina hat sehr dünne Zellwände, so dass die enthaltenen

Unter dem Mikroskop werden weitere Unterschiede deutlich: Spirulina verfügt über keinen ausgeprägten Zellkern und nur dünne Zellwände. Jede Zelle von Chlorella besitzt dagegen einen eigenen Kern und wesentlich robustere Wände.

Nährstoffe im Darm besonders gut aufgenommen werden können. Die dickeren Zellwände von Chlorella werden bei der Produktion von Nahrungsergänzungsmitteln oft künstlich aufgebrochen, um die Verwertbarkeit im Körper zu erhöhen. Doch an Spirulina reicht Chlorella in dieser Hinsicht auch nach einer solchen Verarbeitung nicht heran.

**Empfohlene Verzehrmenge für einen Tag

ENTLASTUNG - VORTEIL CHLORELLA

Die Chlorella-Alge hat im Vergleich zu Spirulina dickere Zellwände. Sie werden im Darm nicht vollständig verdaut und können dadurch unerwünschte Stoffe an sich binden. Dann werden die halbverdauten Chlorella-Zellwände mit dem Stuhlgang ausgeschieden und nehmen die gebundenen Stoffe einfach mit.

Weitere Unterstützung bietet das in Chlorella enthaltene Chlorophyll. Chlorella enthält dreimal so viel wie die gleiche Menge Spirulina. Chlorophyll besitzt unter anderem blutreinigende Eigenschaften.

WELCHE ALGE IST NUN BESSER?

Verallgemeinert ist es natürlich Unsinn, die Frage zu stellen, ob nun Chlorella oder Spirulina die bessere Alge ist. Stattdessen sollten Sie sich fragen: „Welche Alge ist besser für mich?“ Geht es Ihnen um die Aufnahme wertvoller Nährstoffe, sollten Sie zu Spirulina greifen. Chlorella enthält mehr Chlorophyll und kann zudem Entlastungsorgane wie Leber und Darm unterstützen.

Keine Kompromisse sollten Sie allerdings beim Vergleich von Spirulina mit Spirulina und von Chlorella mit Chlorella eingehen. (Synthetische) Zusatzstoffe können sowohl die Verträglichkeit als auch die Wirksamkeit von Spirulina und Chlorella beeinträchtigen. Also vergleichen Sie aufmerksam und bevorzugen Sie naturreine Qualität.



BIO-CHLORELLA PRESSLINGE

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



Art. Nr. 70340

1 x 360 Stück

19,99€
(138,82€/1 kg)

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: 108 Tage



Art.-Nr. 10844

1 x 650 Stück

34,99€
(134,58€/1 kg)





-15%
AUF UNSERE
DUOS



SPIRULINA, EISEN & VITAMIN C

PRESSLINGE, 180g, 360 Stück

- Spirulina in Premiumqualität als komplexe Nährstoffquelle mit natürlichem Eisengehalt
- Curryblatt-Extrakt mit speziellem, gut verträglichem Eisenkomplex – sanft zu Magen und Darm
- natürliches Vitamin C zur besseren Eisen-aufnahme



Art.-Nr. 79217
1 x 360 Stück
39,99€
(222,17€/1 kg)



„Unsere beliebte Spirulina-Alge punktet mit einer breiten Palette an Vitalstoffen und bietet sich für jedes Alter und jede Aktivität als zuverlässige naturreine Nahrungsergänzung an. Das Besondere: Die Nährstoffe liegen in hoch konzentrierter Form vor. Das macht die Alge so wertvoll für die tägliche Ernährung.“

Grit Leiendecker
HEILPRAKTIKERIN



SPIRULINA UND OPC

PRESSLINGE, 144g, 360 Stück

- rundum „Happy-Aging“ mit dem Besten aus 2 Superfoods
- hohe Nährstoffdichte von Spirulina gepaart mit dem Wirkspektrum 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



Art.-Nr. 78796
1 x 360 Stück
26,99€
(187,43€/1 kg)



-15%
AUF UNSERE
DUOS

Natürliche Unterstützung für Ihr Immunsystem



ZISTROSE KOMPLEX MIT VITAMIN C LUTSCHPRESSLINGE, 60g, 120 Stück

- mit beruhigenden Eigenschaften für den Mund- und Rachenraum mit Thymian
- unterstützen das Immunsystem mit antibiotischen Eigenschaften durch Oregano und Thymian, insbesondere bei widrigen äußeren Bedingungen wie erhöhter Ansteckungsgefahr
- mit wertvollen Polyphenolen der Zistrose (*Cistus incanus*)
- Reichweite: 60 Tage



Art.-Nr. 71119
1 x 120 Stück
24,99€
(416,50€/1 kg)



INGWER KURKUMA

KONZENTRAT, 100ml; inkl. Messbecher

- hochdosiertes Konzentrat
- belebender Geschmack mit leichter Ingwer-Schärfe
- mit positiven Eigenschaften auf das Immunsystem durch Kurkuma und Vitamin C
- Reichweite: 10 Tage



Art.-Nr. 76771
1 x 100 ml
10,99€
(109,90€/1 l)



ACEROLA BIOAKTIV PRESSLINGE, 68g, 136 Stück

- mit Vitamin C aus der Acerola-Kirsche
- für die schnelle, effiziente Vitamin C-Versorgung
- Acerola ist eine der Vitamin C-reichsten Früchte
- geeignet bei Zitrusfrüchte-Allergie
- Reichweite: 34 Tage



Art.-Nr. 71491
1 x 136 Stück
8,99€
(132,21€/1 kg)



KAPUZINERKRESSE & MEERRETTICH MIT ECHINACEA UND VITAMIN C

PRESSLINGE, 180g, 360 Stück

- Allrounder mit den unterstützenden 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
- 100% natürliche und bewährte Pflanzenkombination
- angenehmer, frischer Geschmack mit leichter Schärfe durch die enthaltenen Senföle
- auch zum Lutschen geeignet – die Presslinge entfalten ihre positiven Eigenschaften dadurch schon im Mund- und Rachenraum
- Reichweite: 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80015

1 x 360 Stück

15,99€

(88,83 €/1 kg)

LUNGENKRAFT MIT HASELSTRAUCHKNOSPEN UND EUKALYPTUS

SIRUP, 200ml; inkl. Messbecher

- ideal zur **Unterstützung der tieferen Atemwegsregionen**
- mit Waldkiefer und Eukalyptus für **befreite Atemwege**
- Knospen aus dem Haselstrauch und der Erle unterstützen zusätzlich das Immunsystem
- Reichweite: 7 Tage bei 3 x 10ml pro Tag



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 77918

1 x 200 ml

15,99€

(79,95€/1l)

**BESTER
PREIS!**



PRODUKTBEWERTUNG



„Das Produkt ist wirklich sehr hilfreich und ganz ohne Chemie.“

Monika B.



BIS ZU
-20%
AUF UNSERE
TRIOS



ATEMKRAFT MIT SALBEI UND THYMIAN

LUTSCHPRESSLINGE, 119g, 240 Stück

- Salbei und Spitzwegerich vermitteln beruhigende Eigenschaften auf Hals, Rachen und Stimmbänder
- Thymian unterstützt die Atemwegsfunctionen und Vitamin C trägt zur normalen Immunfunktion bei
- Reichweite: 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78066

1 x 240 Stück

22,99€

(191,58€/1 kg)

PRODUKTBEWERTUNG



„Alles in allem sehr zufriedenstellend“

Ralph P.

SCHWARZKÜMMELÖL

KAPSELN, 138g, 190 Stück

- für eine Versorgung mit hochwertigen, ungesättigten Fettsäuren
- mit positiver Wirkung bei überempfindlichen, gereizten Atemwegen
- Schwarzkümmelöl ist reich an Linolsäure, einer essentiellen, mehrfach ungesättigten Fettsäure, die vom Körper nicht selbst hergestellt werden kann
- Reichweite: 47 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70337

1 x 190 Stück

19,99€

(144,68€/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)



Kurkuma

eine Wohltat für den Körper

So Die Kurkumawurzel findet in der Ayurvedischen Heilkunst seit Jahrtausenden Verwendung. Dort gilt die mit dem Ingwer verwandte Pflanze auch als „Gewürz des Lebens“ oder „Goldene Wunderwurzel“.

Spezielle Aufbereitungsformen sorgen für eine verbesserte Aufnahme der enthaltenen Curcuminoide ins Blut und damit für eine höhere Bioverfügbarkeit. Aber auch schon auf dem Weg in den Körper, im Bereich von Magen und Darm, können die Inhaltsstoffe der Kurkuma-Wurzel aktiv werden.

Experten sprechen der Kurkuma-Wurzel eine Reihe gesundheitsfördernder Effekte zu, die sich auf immer mehr Studien stützen. Insbesondere bei Themen wie Immunabwehr, Beweglichkeit, Verdauung, Haut und Nerven kann Kurkuma das tägliche Wohlbefinden unterstützen.

Grit Leindecker
HEILPRAKTIKERIN



BASIS-
PRODUKT

BIS ZU
-20%
AUF UNSERE
TRIOS

Dieses Produkt empfehlen wir ...

- als Plus für die tägliche Gesundheitsvorsorge
- mit Kurkumaextrakt und Vitamin C zur Unterstützung der Immunabwehr
- bei Themen wie Beweglichkeit, Haut, Nerven mit Kurkuma und Vitamin C
- für die kalte Jahreszeit, bei häufigen Kontakten und auf Reisen

KURKUMA

KONZENTRAT, 100 ml; inkl. Messbecher

- Kurkuma enthält natürliche Antioxidantien und unterstützt mit natürlichem Vitamin C das Immunsystem und den Energiestoffwechsel
- Kurkuma kann u. a. bei der Erhaltung der Gesundheit der Lunge und der oberen Atemwege helfen
- innovative flüssige Anwendung – pur oder verdünnt genießen
- mit Fruchtsaft und Maracujapüree
- Reichweite: 10 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 73892
1 x 100 ml
10,99€
(109,90€/1l)



Dieses Produkt empfehlen wir ...

- zur Unterstützung der Verdauung mit Kurkuma, insbesondere bei fettreichen und gehaltvollen Mahlzeiten
- Menschen, die ihre tägliche Ernährung mit den Vitalstoffen aus der ganzen Kurkuma-Wurzel bereichern möchten
- Menschen mit belasteten Atemwegen, z. B. Rauchern
- + Extra 1: direkte, lokale Effekte in Magen und Darm
- + Extra 2: gut portionierbar, praktisch für unterwegs



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
- Reichweite: 45 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN

Art.-Nr. 70387
1 x 180 Stück

9,99€
(111,00€/1 kg)



Dieses Produkt empfehlen wir ...

- Menschen, die auf eine hohe Dosierung Wert legen
- Menschen, die ihre Leberfunktion unterstützen möchten
- für eine kurzfristigere, intensive Unterstützung
- + Extra 1: hoch dosiert – nur 1 Kapsel täglich
- + Extra 2: ohne Piperin – für alle, die darauf verzichten möchten
- + Premium-Vorteil: patentierter Spezialextrakt mit hoher Bioverfügbarkeit

KURKUMA PUR

KAPSELN, 28 g, 60 Stück

- hoch bioaktiver Curcugreen™ Kurkumawurzel-Extrakt
- hohe Bioverfügbarkeit durch Curcuminoid-Komplex mit ätherischen Ölen der Wurzel
- hoch dosiert: 230mg Kurkuma-Extrakt mit mind. 198 mg Curcuminoiden pro Kapsel
- Kurkuma trägt u.a. zur Unterstützung der Leber- und Gallenfunktion bei
- Reichweite: 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 79282
1 x 60 Stück

32,99€
(1.178,21€/1 kg)

Schutz aus der Natur für starkes Zahnfleisch und gesunde Zähne

GESUND IM MUND DURCH ÖLZIEHEN

Ölziehen ist gut für Zähne und Zahnfleisch. Das wussten schon die alten Inder vor tausenden von Jahren. Ihre Volksheilkunde Ayurveda wird auch bei uns immer populärer. Sicher nicht ohne Grund, denn Anhänger der sanften Naturheilkunde schwören auf das Ölziehen zur Pflege des Mund- und Rachenbereiches und Reinigung der Zähne. Mit pflanzlichen Ölen, wie etwa Sonnenblumen- und Sesamöl oder speziellen Ölmischungen. Dabei wird ein Esslöffel Öl für mindestens

fünf Minuten im Mund behalten und kräftig durch die Zahnzwischenräume gezogen sowie Kaubewegungen durchgeführt, Gurgeln und Schlucken sollte aber vermieden werden. Danach ausspucken, mit Wasser ausspülen und wie gewohnt Zähne putzen.

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: 25 Tage

LIMETTE / THYMIAN: Art.-Nr. 76106

MINZE / ZIMT: Art.-Nr. 10045

BLUTORANGE / NELKEN: ART.-NR. 76112



1 x 250 ml
13,99€
(55,96€/1l)



IN DREI
VERSCHIEDENEN
GESCHMACKS-
RICHTUNGEN

-15%
AUF UNSERE
DUOS



-15%
AUF UNSERE
DUOS

RATANHIA

MUNDSPÜLUNG, 300 ml, 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: 63 Tage



Art.-Nr. 70809
1 x 300 ml
13,99€
(46,63€/1l)

PRODUKTBEWERTUNG



„Ich habe eine natürliche Mundpflege für zwischendurch gesucht... Und wurde fündig! Geschmacklich super, nicht zu süß und überhaupt nicht scharf – einfach perfekt angenehm erfrischend. Meine Tochter und ich nehmen die Lutschpresslinge 2-3x am Tag. Ich hoffe, dass es bei mir, neben dem Zahngel und dem Rathania-Konzentrat, die Mundflora sowie meine [...] in den Griff bekommt. Für meine Tochter erhoffe ich mir eine kleine Hilfe um die Mundflora und Zähne gesund zu erhalten. Und da sie eigentlich gern Bonbons lutscht, ist der Lutschpressling perfekt. Ich bestelle es wieder!“

Easy V.



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: 63 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 72803
1 x 126 Stück

11,79€
(155,13€/1 kg)



-15%
AUF UNSERE
DUOS

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®).



-15%
AUF UNSERE
DUOS



VEGAN



Art.-Nr. 62559

1 x 10 ml

9,99€
(999,00€/1l)

**BESTER
PREIS!**

Schönheitspflege von Innen und Außen

AQUA HYALURON FORTE

250ml; INKL. MESSBECHER

- hochdosierte Hyaluronsäure in levitiertem Wasser verbessert die Hauffeuchtigkeit und reduziert Falten und Linien
- erhöht mit einem einzigartigen Frischeeffekt durch MSM, Vitamin C und Kupfer zusätzlich die Spannkraft und Feuchtigkeit der Haut
- auch für Vegetarier und Veganer geeignet
- mit Orangen-Geschmack
- Reichweite: 25 Tage



Art.-Nr. 70686
1 x 250 ml
25,99€
(103,96€/1l)

-15%
AUF UNSERE
DUOS



HAUT-HAARE-NÄGEL

PRESSLINGE, 36g, 102 Stück

- zur nutritiven Unterstützung von Haut, Haaren und Nägeln
- mit Zink, Selen und Kräutern wie Schachtelhalm, Bockshornkleesamen und Klettenwurzel
- Zink trägt zum Erhalt normaler Haut, Haare und Nägel bei
- Selen trägt zum Erhalt normaler Haare und Nägel
- Reichweite: 51 Tage

-15%
AUF UNSERE
DUOS



Art.-Nr. 72057
1 x 102 Stück
11,79€
(327,50 €/1 kg)

BASEN BAD

700g

- rückt den pH-Wert des Badewassers mit ca. 8,0 in den basischen Bereich
- wirkt nachhaltig entspannend
- mit ausgewählter ätherischer Ölmischung verschiedener Kräuter (z. B. Lavendel und Salbei)
- **auch als Fußbad effektiv** – verwenden Sie hierfür einfach entsprechend weniger Basen-Salz



Art.-Nr. 64418
1 x 700g
14,99€
(21,41 €/1 kg)





NACHTKERZENÖL
KAPSELN, 79g, 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
19,99€
(253,04€/1 kg)

BIO SHEABUTTER

50ml

- Basispflege für den ganzen Körper
- feuchtigkeitsbindend – für eine streichelweiche, zarte Haut
- verweilt besonders lange auf der Haut, ohne einen Ölfilm zu hinterlassen
- für jeden Hauttyp geeignet



VEGAN



Art.-Nr. 51158
1 x 50 ml
9,99€
(199,80€/1 l)



*Natürlich Schön
(Winterset)*



2x AQUA SILICIA
250 ml; INKL. MESSBECHER

- kolloidales Silicium in levitiertem Wasser ist für den Körper besonders gut verwertbar
- Silicium ist Bestandteil des Stütz- und Bindegewebes
- Reichweite: 25 Tage

HAUT-HAARE-NÄGEL

PRESSLINGE, 36g, 102 Stück

- zur nutritiven Unterstützung von Haut, Haaren und Nägeln
- mit Zink, Selen und Kräutern wie Schachtelhalm, Bockshornkleesamen und Klettenwurzel
- Zink trägt zum Erhalt normaler Haut, Haare und Nägel bei
- Selen trägt zum Erhalt normaler Haare und Nägel
- Reichweite: 51 Tage

~~51,77€~~
35,99€
Art.-Nr. 80315

-30%
IM SET



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Kollagen - wichtiges Strukturprotein nicht nur für die Haut

COLLAGEN BEAUTY DRINK MIT NATICOL®, VITAMIN C UND ASTAXANTHIN DRINK, 150 g

- mit hydrolysiertem Naticol® Meereskollagen
- Naticol wurde in Studien hinsichtlich der positiven Effekte auf die Fältchenbildung und die Homogenität des Hautbildes untersucht¹
- plus Astaxanthin: außergewöhnliche antioxidative Eigenschaften tragen zum Schutz der Haut vor oxidativem Stress, auch vor UV-induzierten Hautschäden², bei Vitamin C trägt zu einer normalen Kollagenbildung und zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei
- mit natürlichem Orangengeschmack
- Pro Portion 2,5g Kollagen + 2mg Astaxanthin

¹Duteil L, et al. (2018) Effect of low dose type 1 fish collagen peptides combined or not with silicon on skin aging signs in mature women. JOJCS 6(4): 555-692
²Qin Xiang Ng und andere (2021) – J. Diet. Suppl. Vol. 18 (2): 169-182



LACTOSEFREI



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80234
1 x 150 g
27,99€
(186,60 €/1 kg)

Dieses Produkt empfehlen wir ...

- zur Unterstützung einer ebenmäßigen, festen Haut bei besonderen Herausforderungen, z.B. bei intensiver UV-Strahlung, Dauerstress, Rauchen oder Umweltverschmutzung
- um den Anzeichen der Lichtalterung (Photoaging) der Haut, verursacht durch Sonneneinstrahlung, entgegenzuwirken
- + Extra 1: Patentierte Marken-Premiumrohstoffe mit umfangreicher Studienlage
- + Extra 2: mit dem antioxidativen Power-Duo Astaxanthin + Vitamin C für einen bedarfsgerechten Hautschutz



COLLAGEN DRINK HEIDELBEERE MIT VITAMIN C UND HYALURON PULVER, 180 g

- mit hydrolysiertem Kollagen aus maritimer Quelle
- plus Hyaluronsäure mit hoher Wasserbindungskapazität zur Unterstützung der Hautfeuchtigkeit
- angereichert mit Vitamin C für die körpereigene Kollagensynthese
- mit natürlichem Heidelbeergeschmack
- pro Tagesportion 2,5g Kollagen + 120mg Hyaluronsäure



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 78680
1 x 180 g
~~34,99€~~
27,99€
(194.39€/1 kg)

Besser essen und *einfach* *abnehmen*



**LIMITIERTE
SONDER-
EDITION!**

MONIKAS NATURKÜCHE:

Besser essen & einfach abnehmen

Die **exklusive Diätbox** unserer beliebten
Heilpraktikerin Monika Drexel

- frisch in der Naturküche für Sie gekocht
- 5-Tage-Diätbox mit 3 leckeren Bio-Mahlzeiten täglich
- einfach warm machen und genießen
- Abnehmen ohne hungern, Stress und Kalorien zählen
- mit Ernährungscoaching von Heilpraktikerin Monika Drexel



GRATIS



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80332

~~169,98€~~

139,99€

Detaillierte Informationen finden Sie unter

www.baerbel-drexel.de/monikas-naturkueche



Fragen Sie *unsere Experten*

Tauchen Sie ein in die Welt der Naturheilkunde und entdecken Sie mit uns gemeinsam die Antworten auf Ihre Fragen zu unseren Produkten und ihrer Anwendung. Bei Bärbel Drexel sind wir stolz darauf, unser Wissen und unsere Leidenschaft für natürliche Gesundheit zu teilen. Lassen Sie uns gemeinsam auf eine Reise gehen, um mehr über die Schönheit und Wirksamkeit der Natur zu erfahren.



Monika Drexel,

Heilpraktikerin & Markenbotschafterin



Grit Leiendecker

Heilpraktikerin & Mikronährstoffexpertin



Dr. Jochen Hoffmann

Biologe
Leitung Forschung, Entwicklung & Qualitätssicherung

Muss man Vitamin D3 nicht in Verbindung mit Vitamin K2 nehmen?

Die Wirkung von Vitamin D im Körper hängt nicht von Vitamin K2 ab. Vitamin D sorgt unter anderem dafür, dass Calcium in den Körper aufgenommen werden kann und so allen Körperzellen zur Verfügung steht. Beim Einbau von Calcium in die Knochen spielt nun Vitamin K eine wichtige Rolle. Vitamin K2 scheint hierbei die stärkste Aktivität zu haben, weshalb es auch gern als Partner für Vitamin D eingesetzt wird.

Eine Zufuhr von Vitamin K2 über Nahrungsergänzung bzw. die Kombination von Vitamin D mit Vitamin K2 ist daher nicht für jeden Menschen notwendig. Bei einem nachgewiesenen Vitamin K-Mangel, bei dauerhaft hochdosierter Vitamin D-Einnahme oder zur gezielten Unterstützung der Knochen macht eine Kombination von Vitamin D mit Vitamin K2 dennoch Sinn.

Insbesondere Menschen, die blutverdünnende Medikamente wie Marcumar einnehmen, müssen zusätzlich auf die Wechselwirkung zwischen Vitamin K2 und diesen Medikamenten achten. Wir empfehlen in diesem Fall eine Rücksprache mit dem behandelnden Arzt.

Bärbel Drexel bietet verschiedene Vitamin D3 Produkte an – mit und ohne Vitamin K2, um möglichst viele Kunden anzusprechen und möglichst vielen Bedürfnissen gerecht zu werden. Die Wirkung von Vitamin D3 hängt dabei nicht von Vitamin K2 ab.

Mein Arzt hat mich darauf hingewiesen, dass bei Nahrungsergänzungsmitteln der Wirkstoffgehalt stark schwanken kann und man deshalb darauf achten sollte, Produkte zu kaufen, bei denen der Wirkstoffgehalt jeder Charge durch ein externes Labor überprüft wird. Ist das bei Ihren Produkten der Fall?



Geringfügige Schwankungen im Wirkstoffgehalt sind tatsächlich bei Inhaltsstoffen wie Pflanzenpulvern oder bei Algen wie Spirulina und Chlorella durch leichte Abweichungen in den Wachstumsbedingungen möglich. Minimale Schwankungen sind hier also vollkommen natürlich.

Jede Charge unserer Algenprodukte wird im Labor auf ihren Nährstoffgehalt geprüft, der sich in der jeweiligen Nährstofftabelle zuverlässig wiederfindet.

Oft kombinieren wir Pflanzenpulver mit Pflanzenextrakten oder verwenden ausschließlich Pflanzenextrakte. Der Vorteil von Pflanzenextrakten liegt in einem standardisierten Wirkstoffgehalt, so dass Schwankungen ausgeschlossen werden können. Dennoch verzichten wir nicht auf Pflanzenpulver, da diese das vollständige Spektrum der Pflanzeninhaltsstoffe enthalten. Zusammen mit den dazugehörigen Pflanzenextrakten (z.B. durch die Verwendung von Weißdornblütenpulver + Weißdornblütenextrakt) kann der Anwender bestmöglich von den positiven Eigenschaften der Pflanze profitieren.

Produkte mit Mikronährstoffen wie Mineralstoffen, Vitaminen, Spurenelementen, Coenzym Q10 oder Omega-3 Fettsäuren enthalten eine genau definierte Menge des jeweiligen Mikronährstoffs, die der Nährstofftabelle entnommen werden kann.

Jedes Bärbel Drexel Produkt enthält ausschließlich hochwertige Inhaltsstoffe

- ✔ Ohne Geschmacksverstärker
- ✔ Ohne Gentechnik
- ✔ Ohne Mikroplastik
- ✔ Ohne Paraffine und Erdölprodukte
- ✔ Ohne Silikone und Treibhausgase
- ✔ Ohne PEG- und PPG-Emulgatoren
- ✔ Für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden verarbeiten wir nur das Beste aus der Natur
- ✔ Ohne synthetische Konservierungsstoffe, Emulgatoren, Aromen, Farbstoffe

Noch Fragen?

Schreiben Sie uns einfach über fragen@baerbel-drexel.de und vielleicht schafft es Ihre Frage an unser Bärbel Drexel Team in den nächsten Katalog. Unsere Experten werden Sie Ihnen gerne beantworten.





Unsere Kräuter-Sparangebote entdecken



ASHWAGANDHA

KAPSELN, 32g, 60 Stück

- 300mg Ashwagandha Wurzelextrakt pro Kapsel
- positiver Einfluss auf das körperliche Wohlbefinden
- unterstützen Energie und Vitalität
- hohe Bioverfügbarkeit
- Reichweite: 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 75769

1 x 60 Stück

17,99€

(562,19€/1 kg)



MEHR
WOHLBEFINDEN
UNTER **STRESS**



DIE KRAFT DER
ROTEN TRAUBE



OPC+

PRESSLINGE, 70g, 140 Stück

- mit hoch bioverfügbarem, OPC-reichem Traubenkernextrakt und Vitamin C
- für ein jugendlich frisches Erscheinungsbild der Haut
- OPC unterstützt die antioxidativen Eigenschaften von Vitamin C
- mit der ganzen Kraft aus Traubenfrüchten und -kernen
- Reichweite: 70 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 70321

1 x 140 Stück

9,99€

(142,71€/1 kg)

KAPUZINERKRESSE & MEERRETTICH MIT ECHINACEA UND VITAMIN C

PRESSLINGE, 180g, 360 Stück

- Allrounder mit den unterstützenden 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
- 100% natürliche und bewährte Pflanzenkombination
- angenehmer, frischer Geschmack mit leichter Schärfe durch die enthaltenen Senföle
- auch zum Lutschen geeignet – die Presslinge entfalten ihre positiven Eigenschaften dadurch schon im Mund- und Rachenraum
- Reichweite: 60 Tage



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

Art.-Nr. 80015

1 x 360 Stück

15,99€

(88,83 €/1 kg)



AUCH ZUM
LUTSCHEN
GEEIGNET



Bärbel Drexel GmbH | Aichacher Straße 7 | 86674 Baar (Schwaben)

Zauber des Neuanfangs Set

ALLES AUF ANFANG
MIT DIESEM 15 TAGE
PROGRAMM



~~64,98€~~
45,49€
Art.-Nr. 80312

-30%
IM SET



LACTOSEFREI



VEGAN



GLUTENFREI

FORTECLEANSE

PRESSLINGE, 48g, 90 Stück

- kraftvolle Unterstützung der innerlichen Reinigung und Entlastungsfunktionen bis auf Zellebene
- schützt die Zellen vor oxidativem Stress mit Zink und Selen
- Zink unterstützt den Säuren-Basen-Stoffwechsel
- Unterstützung des körperlichen Wohlbefindens
- spricht alle wichtigen Ausscheidungsorgane an
- sorgfältig ausgewählte Pflanzen- und Vitalstoffe zur intensiven Unterstützung der Ausscheidung und des Gleichgewichts im Körper
- mit Chlorellapulver und phycocyanin reichem Spirulina-Extrakt
- Reichweite: 15 Tage

DARM PRO MIT FLOHSAMENSCHALEN UND INGWER

SACHET, 90g, 15 Stück, je 6g

- Mit 9 aktiven, sorgfältig ausgesuchten Bakterienkulturen. Durch eine spezielle Mikroverkapselung (ProbioAct®-Technologie) werden die Überlebensfähigkeit und die Ansiedlung der Bakterienstämme im Darm sichergestellt.
- 10 Verdauungsenzyme: Komplex aus kohlenhydrat-, fett- und eiweißspaltenden Enzymen, die natürlicherweise in den Verdauungsekreten vorkommen
- Flohsamenschalen: tragen mit natürlichen Ballaststoffen zur Förderung der Darmtätigkeit und zum Erhalt eines gesunden Darms bei
- Akazienfaser: gut verträglicher löslicher Ballaststoff als Nahrung für die positiven Darmbakterien
- Ingwer: hilft das Wohlfühl in Magen und Darm zu erhalten
- Reichweite: 15 Tage

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

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 Februar (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!

ZAUBER DES NEUANFANGS SET



Artikel-Nr.	Artikel	Menge	Preis
80312	ZAUBER DES NEUANFANGS SET	1	45,49€

Gesamtpreis in €

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

³ Angaben nur bei Bankeinzug erforderlich