

Mit **ANGOCIN® Anti-Infekt N**  
der Erkältung einen Schritt  
voraus



## Jetzt bloß nicht krank werden

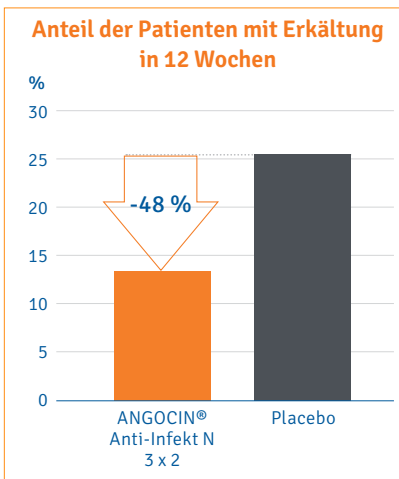
In den kalten Monaten haben Viren leichtes Spiel. In Zeiten von Corona ist es besonders wichtig, eine Erkältung zu vermeiden, denn Erkältung bedeutet Unsicherheit bei einem selbst und anderen Menschen: Ist es vielleicht doch COVID-19? Darf ich zur Arbeit oder in die Schule? Wie werden meine Symptome von anderen wahrgenommen? Diese Fragen sind absolut verständlich, doch es gibt einiges, was Sie selbst tun können, um Ihr Immunsystem im Kampf gegen Erkältungsviren zu unterstützen.

## Pflanzliche Senföle – die natürliche Infektabwehr

Senföhlhaltige Pflanzen wie zum Beispiel Kapuzinerkresse, Senf oder Meerrettich sind den meisten Menschen als Zierpflanze bzw. als Beilage für Fleisch- oder Fischgerichte bekannt.

## Studie zeigt: Senföle können Erkältungshäufigkeit verringern

Die Senföle reichern sich in unserem Körper unter anderem in der Lunge an und werden darüber ausgeschieden. Dies ist auch der Grund, warum bei Infektionen der oberen Luftwege die Erreger direkt am Ort des Krankheitsgeschehens bekämpft werden können.



Die Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich sind bei akuten unkomplizierten Atemwegsinfektionen wirksam und gut verträglich und können auch bei wiederkehrenden Erkältungen eingesetzt werden: Längerfristig eingenommen, verringert ihre Einnahme im Vergleich zu Placebo die Erkältungshäufigkeit um nahezu 50 %.

# Erkältung?

Meine pflanzliche Infektabwehr.

## ANGOCIN® *Anti-Infekt N*

Senföle aus Kapuzinerkresse und Meerrettich

- ▶ antiviral
- ▶ entzündungshemmend
- ▶ bekämpfen Bakterien
- ▶ wirksam und gut verträglich
- ▶ können längerfristig eingenommen  
die Erkältungshäufigkeit  
verringern



ANGOCIN® *Anti-Infekt N* Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden bei akuten entzündlichen Erkrankungen der Bronchien, Nebenhöhlen und ableitenden Harnwege. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Repha GmbH Biologische Arzneimittel · Alt-Godshorn 87 · 30855 Langenhagen · [www.repha.de](http://www.repha.de)

Mehr Informationen zu Senfölen aus Kapuzinerkresse und Meerrettich sowie zur Therapie von Erkältungskrankheiten finden Sie auf [www.angocin.de](http://www.angocin.de)

## 10 Tipps zur Stärkung Ihrer Abwehrkräfte – AHA und mehr



Die AHA-Regeln schützen auch vor Erkältungen: Abstand halten – Hygiene beachten – Alltagsmaske tragen.



Regelmäßige Bewegung - vor allem auch in der kalten Jahreszeit.



Frische Luft - auch im Winter jeden Tag nach draußen gehen. Mehrmals täglich Stoßlüften bringt Frischluft in die Wohnräume und unsere Atemwege.



Warm anziehen - Wenn der Körper auskühlt, werden die Schleimhäute weniger durchblutet.



Viel trinken (z. B. Wasser, Saft-Schorle, Tee), um die Schleimhäute feucht zu halten.



Gesunde vollwertige Ernährung mit viel Obst und Gemüse.



Heißkalte Wechselduschen und Saunabesuche härten ab.



Mäßiger Alkoholgenuss, auf Zigaretten verzichten - beides schwächt unser Immunsystem.



Ausreichend Schlafen – mindestens sieben Stunden.



Stress vermeiden – positiv denken. Stress schwächt die Abwehrkräfte.