

Gesundheit aus der Natur

Lösungen die Menschen glücklich machen



Michael Burger | 3. Auflage 2022 | Neu mit Cannabis / CBD



Die Natur wirkt.

Bewährte und effektive
Naturwunder für mehr
Gesundheit und Vitalität.

Die Natur überrascht immer wieder

Die Natur wirkt oft im Stillen Wunder. Wir staunen selber immer wieder was möglich wird. Mit grosser Begeisterung haben wir diese Broschüre um acht Seiten erweitert und die restlichen Seiten sorgfältig überarbeitet.

Wir hören viele wunderbare Erfahrungen von Menschen. Einige Geschichten finden Sie ab Seite 4 abgedruckt. Viele weitere unter www.infovita.ch/erlebt.

Auf den Seiten 14–17 finden Sie eine praktische Übersichtstabelle. Die Lösungen sind alphabetisch nach Krankheiten und Problemen geordnet.


Sie lernen hier **wirksame Lösungen zum Erhalt oder zur Verbesserung Ihrer Gesundheit** kennen. Diese haben sich weltweit in der Klinik, in Studien und im Alltag bewährt. **Wagen Sie neue Wege und gewinnen Sie mehr Gesundheit!**

Wir wünschen Ihnen gewinnbringende Lektüre und gute Gesundheit

1. Burger-Juntas *Michael Burger*

Wenig Zeit? Seite 14–17 studieren ⇒ Handeln und profitieren

Impressum & Disclaimer

3. Auflage 2022, 7'500 Exemplare. Infovita.  made auf FSC-Papier.

Redaktion und Layout: Michael Burger, Institut für Gesundheitsförderung, Infovita GmbH, 3360 Herzogenbuchsee.

Bildnachweise: www.istockphoto.com; www.fotolia.de; www.shutterstock.com; www.depositphotos.com; www.dollarphotoclub.com (heute AdobeStock); Marisa Burger

Bibliografie: Fachbücher, Wissenschaftliche Berichte, Studien von Ärzten und Experten. Quellenangaben finden Sie jeweils auf den entsprechenden Seiten.

Rechtliches / Disclaimer: Dieser Ratgeber ersetzt weder die ärztliche Diagnose noch dessen Therapieanweisungen oder andere professionelle Behandlungen. Verändern Sie kein Therapieschema ohne ärztliche Rücksprache. Die Broschüre bietet Wissen zum Prüfen an und soll dazu beitragen, dass Sie für Ihre Gesundheit verantwortungsvoll sorgen können.

Die vorliegenden Ratschläge, Empfehlungen und Rezepte wurden durch die Autoren und Infovita GmbH sorgfältig erarbeitet. In keinem Fall haftet Infovita GmbH oder mit ihr verbundene Gesellschaften oder deren Inhaber / Angestellte für Personen-, Sach- und Vermögensschäden oder Verluste irgendwelcher Art. Eingeschlossen sind direkte, indirekte oder Folgeschäden. Sofern in dieser Broschüre eingetragene Warenzeichen oder Handelsnamen verwendet werden, auch wenn diese nicht als solche gekennzeichnet sind, gelten die entsprechenden Schutzbestimmungen.

Wir haften nicht für die Inhalte der aufgeführten Quellen (Studien, Bücher, Webseiten, Links und so weiter). Es besteht kein Anspruch auf Vollständigkeit.

Copyright: Vervielfältigung, auch auszugsweise ist nur mit unserer Genehmigung von Infovita GmbH erlaubt.

Dieser Ratgeber ersetzt weder ärztliche Diagnose noch dessen Therapieanweisungen / Begleitung oder andere professionelle therapeutische Behandlungen.



Mehr Gesundheit für Menschen

Gesundheit ist ein Geschenk! Aber Gesundheit kann man selber wie einen guten Garten pflegen – oft mit wenig Aufwand und gutem Ertrag. Hier bewährte Ideen für mehr Gesundheit.

Persönlich erlebt

*Ich nehme täglich 2 Kapseln Schwarzer Knoblauch ein. Meine Hausärztin war ganz verblüfft, als sie mir bei einer Routineuntersuchung den **Blutdruck** mass und dieser excellent war!* Frau Brüschweiler

*Ich nehme seit gut zwei Wochen zwei Omega 3 Krillöl-Kapseln am Tag. Meine geistige Fitness und **Konzentration** haben sich **spürbar verbessert**, bin nicht mehr so müde (ADHS).* Herr A.R. aus Zürich

*Ich hatte **Gelenkprobleme** an den Zehen und an den Handgelenken, ich konnte nicht mehr als eine Stunde zu Fuss unterwegs sein. Seit gut zwei Monaten nehme ich nun jeden Tag Hagebuttenpulver ein und seither ist es viel besser geworden! Nun kann ich mit meinem Mann **wieder 5 Stunden wandern** gehen. Ich bin von Herzen dankbar für dieses Produkt. Es ist genial!* Frau M.A. aus Brütten



Fast täglich erhalten wir ähnliche Erfahrungsberichte. Eine Auswahl davon unter www.infovita.ch/erlebt

Weitere Bausteine für eine vitale Gesundheit

Genussreiche **Vollwerternährung** mit viel Obst und Gemüse, **Bewegung**, **gute Beziehungen**, Mass halten, **Lebensfreude**, **Gottvertrauen**, erholsamer **Schlaf** und genügend Pausen.

Gegen jedes Leiden ist ein Kraut gewachsen

Was Hildegard von Bingen entdeckte, gilt noch heute: Für sehr viele gesundheitliche Probleme gibt es geniale Lösungen aus der Natur, die zu Hause einfach angewendet werden können. Sei es zur **Prävention** oder als unterstützende **Therapie**.

Naturwunder für mehr Gesundheit

In dieser Broschüre lernen Sie z.B. **Hagebutte gegen Gelenkschmerzen** S. 7, **Safran gegen Depressionen** S. 20, Vit. D3 fürs Immunsystem S. 28 oder **OPC** als Vitalstoff **fürs Herz** S. 19 kennen.

Richtig kombinieren und nicht zu früh aufgeben

Je nach Ziel **kombinieren Sie zwei oder mehrere Superfoods gemäss den Empfehlungen auf den Seiten 14–17**. Die Natur braucht länger bis sie wirkt, dafür hat sie kaum Nebenwirkungen. Wir empfehlen **mind. 3 Monate** dran zu bleiben.

Gerstengras-Saft



- **Übersäuerung / Detox:** Chlorophyllhaltige Säfte entsäuern und entgiften schonend übersäuerte Körper effektiv zu.
- **Müdigkeit:** Gründrinks sorgen für neue Frische, Kraft und Vitalität!
- **Colitis Ulcerosa, Darmprobleme, Candida:** Beruhigt den Darm. Hagiwara berichtet über Hilfe für Candidapatienten.
- **Happy Aging:** Aktiviert die Selbstheilungskräfte, schützt vor früher Alterung.
- **Schönheit:** Gerstengras verjüngt die Hautzellen. Das wurde in klinischen Studien bestätigt.
- **Begleitend zu Chemo:** Gerstengras-Saft hilft besser durch die Therapie zu kommen. Gerstengras gilt als Energiespender, stärkt Zellen und Darmflora. Und stärkt den ganzen Körper in der Tumornachsorge.

Inhaltstoffe

Siehe Angaben auf der Packung.

Aus der Wissenschaft

Der japanische Forscher Dr. Yoshihide Hagiwara untersuchte vor über 40 Jahren weit über 200 Grünpflanzen und verglich deren Gehalt an Nährstoffen. Dabei stellte er fest, dass **Gerstengras mehr Mineralstoffe, mehr Spurenelemente, mehr Vitamine, mehr Chlorophyll, mehr Bioflavonoide und mehr Enzyme** enthielt als alle übrigen analysierten Grünpflanzen.

Gerstengras ist eines der ernährungsphysiologisch ausgewogensten Lebensmittel der Natur – der ideale Fast-Food für die Menschheit.

Literatur / Quellen

Kirschner HE: Nature's healing grasses; White Publications, Calofornia

Simmonsohn B: Gerstengrassaft

Hagiwara Y: Green Barley Essence, the ideal „Fast-Food“.

Einnahme, Tipps

Express-Basendrink

Einfach: **Innert Sekunden zubereitet.** Basisch! Gerstengrassaft ist **glutenfrei.**

Grundsätzlich

Zuerst einige Sekunden im Mund behalten, schlucken.

Gesunde

3–5 Gläser pro Tag, jeweils 15 Minuten vor dem Essen. 1 Teelöffel Pulver mit 1 dl Wasser, Orangen- oder Gemüsesaft gut vermischen.

Kranke

5 Gläser pro Tag zum Entgiften, Stärken, , Vitalität)

Basen- und Vital-Kur

Mindestens 3 Monate täglich drei Gläser Saft trinken.

Smoothies aufpeppen

Bereichert übers ganze Jahr jeden Smoothie. Ersetzt in der kalten Jahreszeit das rare Grüngemüse.

Gut zu wissen

Grün essen ist heute sehr wichtig: Federkohl, Feldsalat, Brokkoli, Wildkräuter und Grünsäfte wie Gerstengras.

Was kaufen?

Achten sie beim Einkauf von Gerstengrassaftpulver darauf, dass dieser keine Faserstoffe enthält. Saftpulver oder Extrakte liefern deutlich mehr Vitalstoffe und sind viel besser bioverfügbar. Optimal ist das Pulver **naturrein und in Rohkost-Qualität.**

Ein Super-Gemüse

Ein gehäufte TL Gerstengrassaftpulver in Rohkost-Qualität hat den gleichen Nährwert wie 2-3 Portionen rohes Bio-Gemüse.

Gesundheit natürlich verbessern

Mengenangaben gelten pro Tag | Diese Informationen ersetzen weder Arzt noch Therapeuten

Allergien

Grundlage: Schwarzkümmelöl 3–6 Kapseln S. 23. **Präventiv:** 3 Kps Kapern-Extrakt 3 Wochen vor Pollenflugzeit S.5. **Akut:** 6–12 Kps Kapern-Extrakt S. 5. **Kapern-Extrakt macht nicht müde!** Oder OPC S. 19. **Lebensstil:** Fasten hilft vielen Allergikern sehr gut. Schwarzkümmelöl S. 23 nehmen. Darmaufbau, S. 18.

Alzheimer, Demenz

Kokosöl als Gehirnnahrung, Details S. 8. **Kurkuma** S. 9, 1–3 TL oder 4–8 Kapseln. 4'000–9'000 IE **Vitamin D3**. **B-Komplex** S. 27, 2–3 Kps. **Omega-3-Krillöl** S. 13, 4–6 Kps. **Cannabis, CBD** S. 30, 3 Kps gegen Gehirn-Entzündung. **OPC** S. 19 schützt Gehirnzellen vor oxid. Stress. **Vitamin K2** S. 29 verbessert das Kurzzeitgedächtnis!

Vieles hilft auch bei Parkinson

Alzheimer – multifaktorieller Schutz: Supplemente, vollwertige Vitalkost, Lebensstil, regelmässige Bewegung, Denkaufgaben, Musik, Gymnastik, gute liebevolle Beziehungen. Was therapiert hilft auch präventiv!

Arthritis, Entzündungen

Hagebuttenpulver hemmt Entzündungen und lindert Schmerzen S. 7, 2 Teelöffel = 10 Gramm / Tag. 4000 IE **Vitamin D3** S. 28. **Omega-3** (Krillöl oder Fischöl) S. 13. Organischer Schwefel **MSM** S. 11. **Lebensstil:** Schwimmen, Trampolin. Rohkost lindert Schmerzen, hemmt Entzündungen. Wenig Tierisches.

Arthrose, -schmerzen

Hagebuttenpulver S. 7, 2 TL gegen Schmerzen. **Braunhirsemehl** für Knorpelaufbau. **Urmineralien** zum Entsäuern, S. 25, 4x täglich. Bei Bedarf gegen Schmerzen zusätzlich **MSM** S. 11, 2'000–3'000 mg MSM. **Lebensstil:** Rohkost. Durchblutung in Gelenken fördern. Bei Ablagerungen in Gelenken: **Vitamin K2**, S. 29.

Blähungen

Probiotika für Darmaufbau, S. 18 (⇒ Packzettel). **Kurkuma** S. 9. **Schwarzkümmelöl** S. 23, 3x 2 Kapseln. **Lebensstil:** Ursache für Blähungen herausfinden und beheben! Zu schnelles Essen? Unverträglichkeiten von Fruchtzucker, Lactose, Kohl oder andere? Fehlbesiedlung des Darmes? ⇒ S. 16 und 18.

Blutdruck, hoher

Schwarzer Knoblauch S. 22, 4–6 Kapseln oder bis ½ Knolle. **Super-Mineralien** 6 Kapseln (kaliumreich, senkt Blutdruck). S. 26. **Omega-3-Fischöl** S. 13, 1 Esslöffel / Tag. **Vitamin K2**, S. 29. **Lebensstil:** Gemüse-Rohkost oder Fastenkur. Bewegung und Stress-Management. Super-Mineralien S. 26 statt Kochsalz!

Chemotherapie, Hilfe der Natur

Gerstengras-Saft aus z.B. rohem Pulver lindert die Nebenwirkungen einer Chemo, siehe Bericht S. 4. Eine Vorbehandlung mit **Kurkuma** vor der Chemo erhöht die Wirkung der Chemo z.B. bei Eierstockkrebs, S. 9.

Cholesterin, hoher Spiegel	<p>Omega-3-Öle S. 13. Schwarzer Knoblauch S. 22, 4 bis 6 Kapseln. Sonnenblumen-Lecithin, S. 10. Genial: Fitnessdrink-Rezept, Link auf S. 10 mit Kurkuma, Lecithin, Ω-3.</p> <p>Lebensstil: Nüsse, Gemüse, Vollkorn (z.B. Haferkleie), Bewegung, Stressabbau. Vorsicht mit Fleisch und Wurst.</p>
Covid, Corona	<p>Ein hoher Vitamin-D-Spiegel senkt das Risiko für eine Einweisung auf die Intensivstation gewaltig, Studie aus Spanien, Okt 20. Bei Infektion Schwarzkümmelöl und Artemisia; siehe unten S. 16, S. 6 und S. 23.</p>
Darmprobleme, Verstopfung, Reizdarm Blähungen S. 15	<p>Darmflora: Probiotika S. 18 + Hagebuttenpulver als Präbiotika S. 7. + Fermentiertes. Kur für 3-9 Monaten.</p> <p>Reizdarm: Probiotika S. 18. Hagebuttenpulver beruhigt den Darm. S. 7. Kurkuma hemmt Entzündungen, S. 9.</p> <p>Verstopfung: 2–3 EL Fermentgetränk oder 1–2 Kapseln Vicolon pro Tag, S. 18. Vollwertig essen. Loslassen.</p> <p>Darmentzündung: Kurkuma rein S. 9. Lecithin und Fischöl stärken Darmschleimhaut. Cannabis S. 30, 3 Kps</p> <p>Fitnessdrink-Rezept S. 10. Darmaufbau: ⇒ Seminar Darmgesund: www.infovita.ch /darmgesund</p>
Depression	<p>Safran S. 20, 1–3 Kapseln. Vitamin D3 S. 28, 5000 IE. Cannabis S. 30, 1–3 Kps. Omega-3-Fischöl S. 13 und B-Vitamine S. 27 als Nervenfutter. Calcium-Magnesium S.25, 4x 1 Kapsel oder 4x 1 Messlöffel.</p>
Diabetes Typ II	<p>Maulbeerblätter senken Blutzucker. Fitnessdrink mit Kurkuma, Lecithin, Story S. 10. Schwarzkümmelöl S. 23, 3x 2 Kapseln oder 2x ½ Teelöffel. Vitamin K2 S. 29 verbessert Insulinstoffwechsel. B-Vitamine, S. 27.</p>
Eisenmangel, Müdigkeit	<p>Spirulina Ferrum S. 24, 3x 3 Presslinge. Alternativ Gerstengras-Saft S. 4, 3–5 Gläser täglich, hilft auch beim Entgiften und Reinigen. Sanddorn, Vitamin C: S. 21, 3–5 EL, verbessert die Aufnahme von Eisen.</p>
Entgiften, Detox	<p>7 Tops: Gerstengras-Saft S. 4. Sanddorn S. 21. Super-Mineralien S. 26. Kurkuma S. 9. B-Vitamine S. 27. Heilerde Luvos ultrafein. Bitterstoffe: Mariendistel, Artischocke für Leber. Basenreiche Kost und Bewegung.</p>
Grippe, viral, Infekte	<p>Schwarzkümmelöl S. 23, 3 TL (3x 5ml). Artemisia S. 6. Zink. Sanddornsaft S. 21, 3–5 EL. Unterstützend gegen Covid: Artemisia oder Schwarzkümmelöl. Prävention: Siehe S. 17, Immunsystem. Ätherische Öle S. 31.</p>
Haut, Akne, Pickel	<p>Innerlich: Gerstengras-Saft S. 4, 3–5 Gläser. Mariendistel für die Leber. OPC S. 19, 3 Kapseln. Äusserlich: Artemisia-Creme, Teebaumöl oder Kokosöl: 3–5 Mal täglich entzündete Stellen betupfen.</p>

Herz-Kreislauf-Probleme

Arteriosklerose: Vit. K2 S. 29, 180 µg. Schw. Knoblauch S. 22, 4–6 Kps. Krillöl S. 13, 4 Kps. Evtl. OPC S. 19, 3 Kps. **Schlaganfall:** Vit. K2 S. 29, 180 µg. Vit. D3 6'000 IE, S. 28. OPC S. 19, 3 Kps. Schw. Knoblauch S. 22, 4–6 Kapseln. **Herzrhythmus:** Krillöl S. 13, bis 9 Kapseln. Vit. D3 5'000 IE, S. 28. OPC S. 19 (3 Kps). Magnesium und Q10. **Blutdruck, hoher:** S. 15. **Venen:** Unten. **Lebensstil:** Stress, neg. Emotionen, Ernährung, Bewegungsmangel.

Immunsystem präventiv stärken

Darmaufbau S. 16 und S. 18 mit Probiotika und Präbiotika wie z.B. Hagebutten-Pulver S. 7. **Vitamin C** S. 21. Vitamin D3 S. 28. **Omega-3** S. 13. **Selen/Zink** S. 26. **Hercules Krafthonig.** Immunity VITAL (Kapseln).

Müdigkeit chronisch, Energiemangel

Vit. B12 **Nasentropfen:** Nervenstärke, mehr Energie, S. 27. **Gerstengras-Saft** S. 4. **Vitamin D** S. 28. **Sanddornsaft:** Energiestoffwechsel S.21. OPC S. 19, 2–3 Kapseln als Antioxidans. Genial wirkt der Krafthonig Hercules. **Rohkostzeit macht Müde munter!** Siehe Eisenmangel S. 16.

Osteoporose

Urmineralien S. 25, 4x 1 Kapsel oder 4x 1 Messlöffel. Mind. 4000 IE **Vitamin D3** S. 28. **Vitamin K2** S. 29, 120-240 µg. **Kaliumreiche Ernährung.** Dörripflaumen für Bor. **Kurkuma flüssig.**

Schmerzen

MSM S. 11, bis 3000 mg. **Cannabis** S. 30, bis 5 Kps. **Lebensstil:** Rohkost. Viel trinken. Siehe auch Übersäuerung.

Stress, Unruhe, Depressionen

Für starke Nerven: B-Komplex S. 27, 2–3 Kps. **Cannabis** S. 30, 1-3 Kps. **Fischöl** S. 13, 1 EL. **Kurkuma** S. 9. **Magnesium** S.25, 4x 1 Kapsel. **Stimmungsaufheller / zur Beruhigung:** Safran S. 20. **Zellschutz:** OPC S. 19.

Übergewicht

Appetitzügler: Hagebuttenpulver S. 7 oder **Spirulina** S. 24 vor dem Essen! **Mehr verbrennen:** Kokosöl S. 8, Grüntee. **Leber anregen:** Kurkuma S. 9. Unbedingt **Vitamin D** S. 28. **Entgiften:** Super-Mineralien S. 26

Übersäuerung, Entsäuern

Urmineralien S. 25, 2–3x 1 TL ausserhalb der Mahlzeiten. **Gerstengrassaft** S. 4. **Hagebuttenpulver** S. 7. **Lebensstil:** Rohkost und **Gemüsesäfte** sind 1A-Basenspender. Darmaufbau S. 16. Dörrobst wirkt basisch.

Venenprobleme

OPC S. 19 (3–4 Kapseln). **Buchweizen** essen. **Lebensstil:** Weinlaubgel. Bewegung. Kalte Beingüsse (Dusche).

Wechseljahre

Granatapfelsamenöl 1 Kapsel. OPC S. 19, 2–3 Kapseln. **Nachtkerzenöl**, 3 Kapseln.

Schwarzer Knoblauch



- **Arteriosklerose, Ablagerungen in Arterien:** Gilt als natürlicher Rohrreiner für Blutgefässe; siehe mittlere Spalte.***
- **Alzheimer, Demenz:** Prävention und Schutz.
- **Bluthochdruck:** Stärkster Blutdrucksenker der Natur. Wirkt wie Blutdruck-Medikamente! ⇒ Versuch wert!
- **Herzinfarkt / Schlaganfall:** Die Knoblauchpräparat-Gruppe hatte um 1/3 weniger 2. Infarkte gegenüber Placebogruppe. Die Sterblichkeit nahm gar um 45% ab.
- **Schwermetalle, Detox:** Schwarzer Knoblauch eignet sich zum Ausleiten von Schwermetallen. In Kombination mit Chlorella.
- **Schutz vor oder bei Erkältungen:** Wirkt antiviral und antibakteriell.
- **Lange Reisen / Sitzen:** Verdünnt leicht das Blut.

Einzigartige Knolle

Knoblauch wird seit Generationen als Heilmittel genutzt gegen Infektionen, zur Stärkung oder bei Verdauungsstörungen. Heute ist das «gesund alt werden mit Knoblauch» wissenschaftlich untermauert.

Doch die unangenehme Ausdünstung über die Atemluft und die Haut hält viele vom Knoblauchessen ab. **Schwarzer Knoblauch ist geruchlos.**

Durch das wochenlange Fermentieren bei stabilen 70°C und gleichbleibender Luftfeuchtigkeit wird der weisse Knoblauch schwarz. Die daraus entstehenden wässrigen Schwefelverbindungen sind geruchlos, ohne Nachgeschmack und äusserst gesund.

Inhaltsstoffe

Die Leitsubstanz im schwarzen Knoblauch ist das A-Allylcystein. Daneben liefert der Knoblauch weitere schwefelhaltige Wirkstoffe, Polyphenole und bioaktive Substanzen, die zur grossartigen Wirkung (antiviral, blutdrucksenkend, krebshemmend, blutverdünnend, immunstärkend, ... beitragen.

Herz & Hirn

***Schwarzer Knoblauch reinigt verstopfte Gefässe:

- ✓ Hemmt Entzündungen.
- ✓ Kann schlechte Cholesterinwerte verbessern.
- ✓ Entspannt Gefässmuskulatur. Blutdruck sinkt.
- ✓ Gemüse-Rohkost und Fasten senken Blutdruck am Besten.
- ✓ Arteriosklerose*** kann langfristig durch Knoblauch abgebaut werden.

***Die positiven Veränderungen von arteriosklerotischer Plaque wurden in klinischen Studien nachgewiesen, wenn Knoblauch über einen längeren Zeitraum eingenommen wurde.

Ein Grundsatz ist nicht zu widerlegen: Was gut ist für das Herz, ist auch gut fürs Gehirn.

R. Tanzi, A. Parson

Einnahme, Tipps

Täglich 2-4 Zehen schwarzer Knoblauch.

Kapseln, präventiv: 3 bis 4 Stück. **Therapeutisch** 4 bis 6 Stück. Siehe Verpackung.

Unerwünschte Wirkungen sind nicht bekannt, Allergien selten, kaum Wechselwirkungen mit Medikamenten. Schwangere und Stillende können schwarzen Knoblauch massvoll essen.

Beachten: Wer Gerinnungshemmer einnimmt, sollte vorher den Arzt informieren.

Literatur, Quellen
Chrubasik S: Schwarzer Knoblauch – Das Geheimnis der schwarzen Perle. Plantavita Ratgeber
Chrubasik S: Schwarzer Knoblauch – Allium sativum. Wissenschaftlich Arbeit, die auf circa 400 Facharbeiten und Studien aufbaut. www.uniklinik-freiburg.de Download als pdf

Intelligente Lösungen aus der Natur zur Verbesserung Ihrer Gesundheit

*90% der Bevölkerung leiden unter einem
Vitamin-D-Mangel.* Prof. Dr. med. Jörg Spitz

*Hagebutten-Pulver hilft laut Studien 2/3 der Arthritispatienten
gut bis sehr gut, lindert Schmerzen und erhöht die Beweglichkeit.*

*Es ist selten, dass man solch nützliche Substanzen wie im Kokosöl
findet.* Dr. John Kabara (USA)

Kurkuma – hilft dort, wo die Medizin versagt. Prof. Dr. med. S. Chrubasik

*Schnelle Hilfe für Allergiker. Kapern-Extrakt ist ein Histaminsenker,
der nicht müde macht.* Seite 5

*Safran – ein natürlicher Stimmungsaufheller bei
leichten bis mittleren Depressionen.* Seite 20



infovita

Damit es Menschen gut geht.

3. erweiterte Auflage 2022
Schutzgebühr CHF 6.–

Ihr Partner für Gesundheit

Vitapower AG
Langenthalstrasse 7
CH-3367 Thörigen
Tel. 062 961 10 26
info@vitapower.ch