



**Liebe Kundin,  
lieber Kunde**

Der Winter klopft an und in vielen Familien wird eifrig gebastelt und gebacken, um sich die Adventszeit zu versüßen. Die vermeintlich ruhigste Zeit im Jahr.

Wir treffen uns mit Freunden und Familie auf den Adventsmärkten und genießen den herrlichen Duft von frischen Tannen, Bienenwachs, Punsch und Glühwein.

Auch die eine oder andere Räuchermischung versüßt uns den Abend.

Trotz der Hektik und dem Trubel im Handel, der Schule und Familie, möchten wir Ihnen unsere Geschenkideen für diesen Winter und vor allem für Weihnachten präsentieren.

Auf den letzten Seiten finden Sie ein paar Ideen, wie Sie der Adventszeit etwas Spannendes und Gemütliches abgewinnen können.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in der Aesculus Apotheke und wünschen Ihnen und Ihrer Familie in diesem Sinne eine schöne Adventszeit.

Frohe Weihnachten und ein gesundes Jahr 2020!

Herzlichst,  
Mag. Theresa Faist  
und das Team der Aesculus Apotheke

**JETZT VORSORGEN!**

**GRIPPEIMPFAKTION  
noch bis 31.12.19**

### **Husten? Was tun?**

Hausmittel bei Husten  
Die besten Kräuter, die schnelle Linderung schaffen!

### **Geschenkideen**

Das ganz besondere Geschenk!  
Hausgemachte Spezialitäten mit Liebe gemacht und weihnachtlich verpackt.

### **Saunaaufguss**

Tauchen Sie ein in die Welt der Düfte und genießen Sie die belebenden Aromen von Hölzern und Kräutern.

### **Räuchern im Trend!**

Das Verräuchern von Harzen begleitet die Menschheit seit Urzeiten und wird zur Reinigung von Haus und Hof und natürlich für das allgemeine Wohlbefinden verwendet.

**AESCULUS APOTHEKE**  
Almerstraße 24  
5760 Saalfelden  
Telefon 06582/76235  
office@aesculus-apotheke.at



Husten ... Was hilft mir?

## Abwehrreaktion Husten

HUSTEN ist eigentlich etwas Positives. Er ist ein Schutzreflex des Körpers und hat die Aufgabe, Fremdkörper wie Staub oder Schleim aus dem Atemtrakt zu befördern. Solange der Husten trocken, also ohne Auswurf, ist, empfiehlt sich die Einnahme von sogenannten Antitussiva. Diese Präparate unterdrücken im Hustenzentrum im Gehirn den Hustenreiz. Hustet man bereits mit schleimigem Auswurf, ist man mit sogenannten Expektorantien gut beraten. Diese Mittel helfen, den Schleim zu lösen. Ansonsten heißt es: Sich schonen – und abwarten. Auch die Inhalation mit ätherischen Ölen oder das Trinken von Tees mit Honig tut den Hustenden gut.

### ABKLÄRUNG

Husten, der länger als drei Wochen andauert, wird als chronisch eingestuft und sollte unbedingt ärztlich abgeklärt werden. Dahinter könnten sehr ernste Erkrankungen wie COPD, Asthma oder Lungenfibrose stecken.

### DIE QUAL DER WAHL

Bei der Auswahl eines Hustenmittels können Sie zwischen verschiedenen Anwendungsformen wählen. Doch ob Tee, Salbe, Saft, Tropfen oder Tabletten – die Wahl der Arzneiform ist nicht entscheidend für die Wirkung. Sie können sich ganz an Ihren Bedürfnissen orientieren. Das Lutschen von Hustenpastillen ist z. B. praktisch für unterwegs oder ein wohlduftender Hustenbalsam für die Nacht...

### IMMUN-TIPP!

Eine Tasse mit frischen Ingwer-Zitronen Tee stimuliert das Immunsystem. Inhaltsstoffe der Wurzel heizen unseren Körper von innen. Das nimmt den Krankheitserregern die Möglichkeit sich auf den Schleimhäuten festzusetzen.

## Natur pur

# Heilpflanzen gegen Husten

### THYMIAN

Das aromatisch duftende Thymiankraut wirkt nachweislich antibakteriell, auswurfördernd und krampflösend in den Bronchien. Neben einem Tee eignet sich hierzu besonders der Thymiansaft

### EFEU

Efeublätter wirken schleimlösend, krampflösend und antimikrobiell. Deshalb ist die Anwendung bei verschleimten Atemwegen und krampfartigen Hustenattacken sinnvoll

### EIBISCH

Die reizmildernde Wirkung von Eibisch entfaltet sich umso stärker, je länger die Schleimstoffe Kontakt mit den Schleimhäuten haben. Deshalb sollten kleine Dosen mehrmals täglich eingenommen werden und diese möglichst lange im Mund behalten werden.

### ISLÄNDISCH MOOS

Die im Isländisch Moos enthaltenen Schleimstoffe und Bitterstoffe entfalten zahlreiche positive Wirkungen. So legen sich die Schleimstoffe an die irritierten Schleimhäute und lindern dadurch die Beschwerden. Außerdem wirkt die Pflanze antibakteriell und immunstimulierend. Neben der Anwendung als Tee eignet sich Isländisch Moos besonders als Lutschtablette oder Hustensaft.

### EUKALYPTUS

Eukalyptus ist reich an ätherischen Ölen. Diese wirken in den Bronchien schleimlösend, antibakteriell und entkrampfend. Ein Tee aus den getrockneten Blättern hilft bei Erkältungskrankheiten und Husten.





## Saunaaufguss

Mit unseren Duftkonzentraten wird der Saunagang zu einem wahren Erlebnis. Der Saunaufguss Alpenfrische ist mit wertvollen natürlichen Ölen angereichert und duftet nicht nur herrlich, sondern entfaltet auch eine ganz besondere Stimmung,

Die ätherischen Öle verleihen ihm nicht nur einen angenehmen Duft, sondern können sich auch sehr wohltuend auf die Atemwege und Muskulatur auswirken.

## Alle Jahre wieder Weihrauch

Das Verräuchern von Harzen begleitet die Menschheit seit Urzeiten und wird zur Reinigung und für das allgemeine Wohlbefinden verwendet.

Traditionell werden am 24. Dezember, am 31. Dezember, sowie am 6. Jänner, Haus und Hof ausgeräuchert.



**NEU**

## Räucherschale aus Ton

Die perfekte Ergänzung zu Weihrauch und Räuchermischung ist das Räucherpfännchen aus Ton.

Es eignet sich sehr gut zur energetischen Hausräucherung. Der Räuchersand, unsere hauseigene Räuchermischung und auch die dazugehörige Kohle sind in unserem Geschenk natürlich mit dabei!

## Räuchermischung

Besonders zu Weihnachten freuen wir uns auf einen besinnlichen Duft im eigenen Heim.

Eine Räuchermischung die besonders in die Advent- und Weihnachtszeit passt und auch harmonisierend auf Herz und Gemüt wirkt.







## Aromabäder

Einfach mal abschalten.  
Sich Zeit nehmen.

Entspannen in einem Bad mit ätherischen Ölen und Totem Meersalz.

Je nach verwendeter Dufttrichtung wirken sie anregend, beruhigend oder erfrischend.

Aromabäder sind eine wunderbare Möglichkeit für eine Weile dem Alltag zu entfliehen oder jemanden eine Freude zu machen.

Genießen Sie unser neues Tannenbad, Sport- oder Wellnessbad!

## Früchtetee

## Kaminzauber

Winterzeit ist Teezeit.

Fruchtstücke und Gewürze, die in unserem Weihnachtstee verwendet werden, verströmen ein Aroma von Gemütlichkeit und Wohlbefinden.

Machen Sie es sich gemütlich und genießen Sie die Winterzeit bei einer herrlich duftenden Tasse Tee.



## Für Feinschmecker

## Olivenöl und Kräutersalz

Wer diesen Winter auf der Suche nach genussvollen Geschenkideen für seine Liebsten ist und etwas Besonderes sucht, wird hier fündig.

Diese Beiden sind die beste Ergänzung für Fleisch- und Fischgerichte - selbstgemachtes Kräutersalz und hochwertiges Olivenöl aus der Toskana.

## Glühwein und Punschgewürz

Dampfender, fruchtiger, würziger Glühwein oder Punsch, ist ein Klassiker und schmeckt nicht nur auf Weihnachtsmärkten, sondern auch daheim selbst zubereitet wunderbar!

Er wärmt an kalten Wintertagen Hände und Körper und verströmt einen herrlichen Duft in Ihren zu Hause.

