

Mehr Gesundheit für Ihren Darm

Sorgen Sie mit Präbiotika für ein optimales Darmmilieu.

Hier eignen sich u.a. Flohsamen, Leinsamen, Weizenkleie, Schwarzwurzeln, Topinambur, Chicorée oder reines Inulin.

Erfahren Sie mehr:
bit.ly/was-sind-praebiotika

Optimieren Sie mit probiotischen Lebensmitteln

wie Joghurts oder milchsauer vergorenen Produkten Ihr Darmmilieu.

Erfahren Sie mehr:
bit.ly/probiotische-lebensmittel

Noch gezielter lässt sich die Darmflora mit **Produkten aus Ihrer Apotheke**

wie Nutrimmun aufbauen.

Erfahren Sie mehr:
www.nutrimmun.de

Trinken Sie ausreichend viel

Mineralwasser oder ungesüßte Tees. Mindestens 1,5 Liter pro Tag.

Erfahren Sie mehr:
bit.ly/wasser-bei-verdauungsproblemen

Sport ist auch für den Darm gesund.

Regelmäßige Bewegung verbessert die Verdauung.

Erfahren Sie mehr:
bit.ly/sport-und-verdauung

Ernähren Sie sich abwechslungsreich

mit viel Obst und viel Gemüse.

Erfahren Sie mehr:
bit.ly/obst-gemuese-gegen-verstopfung

Quelle: www.hohenzollern-apotheke.de/blog/wissenswertes/darm-immunsystem-darmflora-verbessern

Hohenzollern Apotheke am Ring
Hohenzollernring 59
48145 Münster

Tel 0251 200780-0
Fax 0251 / 200780-10
ring@hohenzollern-apotheke.de

Hohenzollern Apotheke im Marktkauf
Loddenheide 5
48155 Münster

Tel 0251 6093324-0
Fax 0251 6093324-10
marktkauf@hohenzollern-apotheke.de


hohenzollern
apotheke