

Für meine
Gelenke



A.Vogel

Leidenschaft für Pflanzen

mit
Rheuma-
check



Etwa 2 Millionen Menschen
in der Schweiz sind von
rheumatischen Beschwerden
betroffen.

Was ist Rheuma?

Der Überbegriff «Rheuma» umfasst mehr als 200 verschiedene Krankheitsbilder, die stets den Bewegungsapparat betreffen. Jede vierte Person leidet unter rheumatischen Beschwerden und bereits Jüngere können davon betroffen sein.

Rheumatische Beschwerden

Rheuma ist nahezu immer mit Schmerzen verbunden und kann sich durch Gelenk-, Nacken- oder Rückenschmerzen, aber auch geschwollene, entzündete oder steife Gelenke bemerkbar machen.

Eine frühzeitige Abklärung beim Arzt und eine ganzheitliche Behandlung ist empfehlenswert. Der Krankheitsverlauf kann sich so verlangsamen und die Lebensqualität wird steigen.



Pflanzliche oder chemische Behandlung?

Jede rheumatische Erkrankung löst Entzündungen sowie Schmerzen aus. Diese werden meist mit freiverkäuflichen, synthetischen Schmerzmitteln der Gruppe «nichtsteroidale Antirheumatika», kurz NSAR genannt, behandelt. Trotz der raschen Wirksamkeit, sollten diese aber nicht über einen längeren Zeitraum eingesetzt werden. Aus diesem Grund hat sich die rheumatische Basistherapie mit einer Kombination von Arnikablüten zur äusserlichen Anwendung und Teufelskralle zur innerlichen Anwendung etabliert.



Teufelskralle

Die deutsche Bezeichnung der Pflanze bezieht sich auf die mit Widerhaken versehenen Früchte die sogenannten Trampelkletten. Für die Herstellung von konzentrierten Extrakten wird die Sekundärwurzel der Teufelskralle (*Harpagophytum procumbens*) verwendet. Die Sekundärwurzeln sind reicher an wertvollen Inhaltsstoffen und sind für die Pflanze, im Gegensatz zur Primärwurzel, nicht überlebenswichtig. Das Belassen der Primärwurzel ermöglicht einen nachhaltigen Anbau.

Atrosan® Tabletten als pflanzliche Basistherapie

A.Vogel Atrosan® Tabletten mit dem Extrakt aus den wirkstoffreichen Sekundärwurzeln der Teufelskralle werden zur unterstützenden Behandlung von chronischen Schmerzen bei Verschleisserscheinungen des Bewegungsapparates wie zum Beispiel Arthrose eingesetzt.



Arnica montana gegen Schmerzen

In den frischen Blüten der Bergarnika (*Arnica montana*) sind die wertvollen, schmerzlindernden Wirkstoffe besonders konzentriert enthalten. Entzündungen werden bereits in der ersten Phase gehemmt, was die Schmerzen reduziert. Arnica montana wird ausschliesslich äusserlich angewendet, z.B. bei Gelenk- oder Rückenschmerzen.

Natürlich bio

Nach zahlreichen Versuchen gelang es der A.Vogel AG in Zusammenarbeit mit Spezialisten, die Arnica montana in Deutschland und der Schweiz erfolgreich biologisch anzubauen. So kann der Bedarf an Arnikablüten nachhaltig gedeckt werden. Getreu den Prinzipien der A.Vogel Philosophie werden also nur frische Bergarnika-Blüten aus biologisch zertifiziertem und nachhaltigem Anbau verwendet.

AtroGel®

A.Vogel AtroGel® ist ein Frischpflanzen-Präparat aus Arnica montana-Blüten zur äusserlichen Anwendung bei Schmerzen und Entzündungen der Gelenke und der Muskeln. Das Gel lässt sich leicht auftragen, ist praktisch geruchlos und wärmt nicht.



Tipps bei Gelenksbeschwerden



Wärme-Behandlungen

Bei chronisch entzündeten Gelenken kann Wärme den Schmerz dämpfen, den Stoffwechsel anregen und die Durchblutung fördern.



Kälte-Behandlungen

Bei akut entzündeten Gelenken wirkt Kälte schmerzlindernd, abschwellend und entzündungshemmend.



Bewegung

Wenn die Muskulatur unter fachkundiger Leitung aufgebaut wird, lassen sich die Schmerzen bei rheumatischen Beschwerden lindern und der Knorpelabbau verringern. Zudem werden die Knorpel durch schonende Bewegung mit den notwendigen Nährstoffen versorgt.

Als gelenkschonende Sportarten gelten:

- **Aqua-fit**
- **Schwimmen**
- **Radfahren**
- **Nordic Walking**
- **Krafttraining**



Ernährung

Der tägliche Bedarf an Antioxidantien (z.B. Vitamin C, E, Selen, Zink) ist wichtig und kann mit täglich 5 Portionen Früchte oder Gemüse gedeckt werden.

Achten Sie zudem darauf, dass Sie säureüberschüssige Nahrungsmittel wie z.B. Fleisch, Fisch, Eier und Käse sowie denaturierte Nahrungsmittel (Weissmehl, raffinierter Zucker, Konservenahrung) meiden.



Schuhwerk

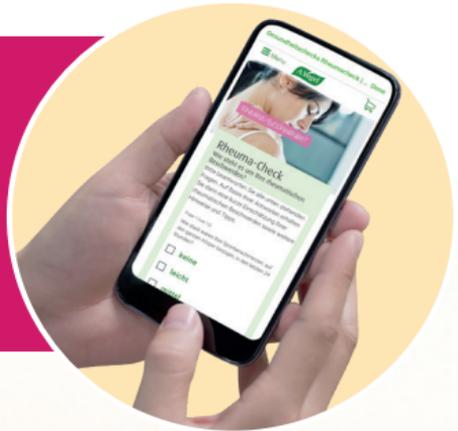
High Heels oder Pumps sind zwar was fürs Auge, jedoch nichts für die Gelenke. Achten Sie auf gutes Schuhwerk – das schont die Gelenke.

Rheuma-Check

Wie steht es um Ihre rheumatischen Beschwerden?

Beantworten Sie wenige Fragen und auf Basis Ihrer Antworten erhalten Sie dann eine kurze Einschätzung Ihrer rheumatischen Beschwerden sowie weitere Hinweise und Tipps. Beachten Sie bitte, dass dieser Test keinesfalls eine Konsultation einer Fachperson ersetzen, sondern nur eine Wahrscheinlichkeit aufzeigen kann.

Hier geht's zum Test!



Atrosan® Tabletten

- ✓ Zur unterstützenden Behandlung von Schmerzen (z.B. Arthrose)
- ✓ volle Wirksamkeit nach ca. 2 - 4 Wochen



*aus den Wurzeln
der Teufelskralle*

2 x täglich
1 Tablette



AtroGel® Arnica montana Gel

- ✓ Hemmt die Entzündung
- ✓ Löst Muskelverspannungen
- ✓ Reduziert Rücken- und Gelenkschmerzen
- ✓ Aus kontrolliert biologischem Anbau



*aus frischen
Arnikablüten*

2 x täglich
auftragen



Dies sind zugelassene Arzneimittel. Lesen Sie die Packungsbeilage.
A.Vogel AG, Roggwil TG.