

metavirulent®

Mischung

50 ml
Mischung



meta FACKLER
ARZNEIMITTEL GMBH
Philipp-Reis-Str. 3 · 31832 Springe

Nach kräftezehrenden Touren: 10-20 Tr.
Leichte Erkältungssymptome: 3x tgl. 20 Tr.
Schwere Erkältung: stündl. 20 Tr.
Nach Infekt (angeschlagen): 3x tgl. 10 Tr.
Infekt-Risiko erhöht (ab 3.500 m): 3x tgl. 10 Tr.

Nähere Informationen erhalten Sie
von unserem Team oder auf:
www.metavirulent.de

Diese Informationsbroschüre wurde Ihnen überreicht von:

metavirulent®

- ✓ Homöopathisch
- ✓ Bewährt
- ✓ Gut verträglich

metavirulent® Mischung. **Zusammensetzung:** 10 g (= 10,5 ml) enthalten folgende Wirkstoffe: Acidum L(+)-lacticum Dil. D15 [HAB, V. 5a, Lsg. D2 mit Ethanol 15% (m/m)] 0,3 g, Aconitum napellus Dil. D4 0,2 g, Ferrum phosphoricum Dil. D8 5,0 g, Gelsemium sempervirens Dil. D4 0,3 g, Influenzinum-Nosode Dil. D30 (HAB, Vorschrift 44) 1,0 g, Luffa operculata Dil. D12 1,0 g, Veratrum album Dil. D4 2,0 g, Gentiana lutea Ø 0,2 g. Bestandteile 1-7 gemeinsam potenziert über die letzte Stufe. 1 ml entspricht 37 Tropfen. **Warnhinweis:** Enthält 37 Vol.-% Alkohol. Die **Anwendungsgebiete** leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: grippale Infekte. Hinweis: Bei Fieber, das länger als 3 Tage anhält oder über 39 °C ansteigt, sollte ein Arzt aufgesucht werden.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



meta Fackler Arzneimittel GmbH, Philipp-Reis-Straße 3, 31832 Springe/Deister.



ClimatePartner®
klimaneutral

Druck | ID: 53498-1409-1005

Für Gipfelstürmer



Rechtzeitig
agieren
INFO
Infektionsrisiko
minimieren

metavirulent®

... bringt das
Immunsystem auf Hochtouren.

OPEN-WINDOW-PHÄNOMEN

Wandern ist die älteste sportliche Bewegungsform und eine der gesündesten zugleich. Mäßig aber regelmäßig, ist der Bergsport für Körper und Geist ein wahres Gesundheitselixier, ein perfektes Ventil, um Alltagsstress abzubauen und Zivilisationskrankheiten wie Übergewicht, Diabetes oder Herz-Kreislauf-Erkrankungen vorzubeugen. Wer sich regelmäßig in den Bergen bewegt, ist auch weniger anfällig für Infektionskrankheiten wie Schnupfen und grippale Infekte. Doch Vorsicht ist geboten.

Open Window

Für viele Trainer und Sportärzte ist die Infektanfälligkeit ihrer Athleten ein großes Problem. Untersuchungen haben zwar gezeigt, dass die Zellen des Immunsystems von Sportlern funktionstüchtiger und schneller sind als die von Faulenzern, stark erhöhte körperliche Aktivität führt aber auch zu einem Anstieg von Stresshormonen, wie Cortisol und Adrenalin. Diese sind dafür bekannt, dass sie das Immunsystem hemmen – Cortisolderivate werden medizinisch als Entzündungshemmer eingesetzt. Dieser Zustand öffnet Eindringlingen wie Bakterien und Viren Tür und Tor, weshalb diese Form der Krankheitsanfälligkeit nach zu viel Training als „Open-Window-Phänomen“ bezeichnet wird.

Höhe belastet die Schleimhäute

Das Open-Window-Phänomen lässt sich unabhängig von der ausgeübten Sportart, vor allem aber bei Extrem-Sportlern, beobachten. Hochtouren und Expeditionen zählen zum Beispiel dazu: Während einer Expedition unterliegen die Teilnehmer großen physischen und psychischen Dauerbelastungen, welche die immunologische Abwehrfunktion erheblich schwächen können. Die kalte Luft trocknet die Schleimhaut von Nase, Rachen und Bronchien aus. Dadurch wird der Abtransport von Kleinstpartikeln und Bakterien erschwert. Die Folge ist eine extrem hohe Krankheitsanfälligkeit der oberen Atemwege.

Eine Studie an einer Gruppe von Bergsteigern, denen während und nach der Tour Blut entnommen wurde, zeigte, dass während der Belastung zunächst eine Aktivierung des Immunsystems stattfand, darauf aber die Zellaktivierungsparameter absanken, so dass sogar eine erhöhte Infektanfälligkeit bestand. Diese Phase hält in der Regel zwischen drei und 72 Stunden an.

Trainingslager für das Immunsystem

Um das Immunsystem bei Hochtouren auch auf Hochtouren zu halten, sollte bei längerem Bergaufenthalt oder auf Expeditionen neben ausreichenden Regenerationsphasen auch auf die Einnahme von Mikronährstoffen wie Vitamin C, E, Zink, Selen und Magnesium geachtet werden. Außerdem gibt es pflanzliche Wirkstoffe wie Echinacea und homöopathische Arzneimittel wie **metavirulent®**, die das Immunsystem an-

regen und damit prophylaktisch gegen Erkältungserkrankungen wirken können. An anstrengenden Touren-Tagen kann die Einnahme solcher Immunmodulatoren helfen, die immunologische Lücke nach einer intensiven sportlichen Belastung zu überbrücken. Auch prima für unser Immunsystem: Naturjoghurt und Probiotika. Sie unterstützen die gesunde Darmflora und verdrängen unliebsame Mikroben aus dem Verdauungstrakt.

Das bringt das Immunsystem auf Hochtouren

- ✓ Ausreichend Schlaf und Erholung
- ✓ Ausgewogene Ernährung
- ✓ Häufiges Trinken gegen Flüssigkeitsverlust
- ✓ Vernünftige Akklimatisierung
- ✓ Pflanzliche und homöopathische Immunmodulatoren

