

H&S Vitaltees

Im Begriff vital verbirgt sich das lateinische Wort „vita“, was übersetzt sowohl „das Leben“, wie auch „die Lebensweise“ oder „Lebensbeschreibung“ im Sinne einer Biographie bedeuten kann. Viele Menschen verstehen heute unter Vitalität vor allem Gesundheit, Wohlbefinden und Lebensfreude. Das tatsächliche, kalendarische Alter und das gefühlte, funktionale Alter liegen oft weit auseinander, insbesondere wenn man „die richtigen Gene“ geerbt hat. Körperliche wie mentale Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit als spürbarer Beweis der eigenen Vitalität können glücklicherweise auch durch eine bewusste Lebensweise positiv und effektiv beeinflusst werden.

Der deutsche Arzt Christoph Wilhelm Hufeland (1762-1836) gilt als Begründer der „Lebenskraft-Theorie“. In seinem 1797 veröffentlichten Werk *Die Kunst das menschliche Leben zu verlängern* widmete er sich der aus seiner Sicht außerordentlich großen Bedeutung der Ernährung und des Lebensstils für den Erhalt der Gesundheit. Er war der Überzeugung, dass Krankheiten nicht immer schicksalhaft oder unvermeidbar waren und nicht nur durch medizinische Kunst und Verabreichung von Arzneien geheilt werden sollten. Hufeland verfolgte einen „ganzheitlichen Ansatz“, indem er propagierte, dass Krankheiten durch richtige Ernährung und gesunden Lebensstil zu verhindern seien. Mangelernährung und beengte, unhygienische Lebensumstände waren zu Zeiten Hufelands infolge der wachsenden Industrialisierung das traurige Schicksal vieler Menschen, die sich in den rasch wachsenden Städten unter heute kaum mehr vorstellbaren Bedingungen in schlecht geheizten Zimmern ohne fließendes Wasser zusammendrängten und ohne ausreichenden Arbeitsschutz weiteren gesundheitlichen Gefahren ausgesetzt waren.

Auch Pfarrer Sebastian Kneipp (1821-1897), sowie der als „Lehmpastor“ bekannt gewordene Emanuel Felke (1856-1926) und Adolf Just (1859-1936), der Heilerde als Therapeutikum entdeckte, förderten alternativmedizinische Ansätze. Vorbeugung durch Gesunderhaltung, Kräftigung, Abhärtung sowie die Aktivierung der Selbstheilungskräfte und nicht die Heilung stand im Mittelpunkt dieser ganzheitlichen Heilmethoden. Essentielle Bedeutung hatten dabei kaltes, reines Wasser, Frischluft und Erde, naturnahes Leben und gesunde Ernährung.

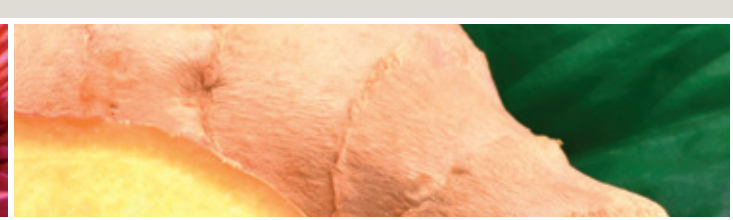
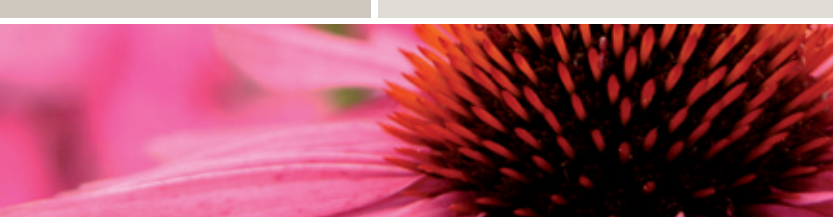
Die „Alternativmedizin“ entstand als Gegenbewegung zur „Schulmedizin“ und führte Ende des 19. Jahrhunderts sogar zur Gründung von Kurbetrieben und „Jungborn-Anstalten“, in denen Menschen ihre chronischen Leiden behandeln ließen. Die Differenzierung der Medizin in immer mehr Fachdisziplinen trug dazu bei, den Menschen in Funktionseinheiten zu zerlegen und mehr als „Fall“ und weniger als Individuum zu behandeln. Im 20. Jahrhundert wuchs die Entwicklung und Verfügbarkeit von Fertigarzneimitteln stark an. Diese Entwicklung trug dazu bei, Naturheilmittel als nicht mehr zeitgemäß zu empfinden und überwiegend synthetische Arzneimittel zu verabreichen, wenn Krankheitsanzeichen auftraten.

Heute wird Fitness und vorbeugenden Strategien zur Gesunderhaltung erhebliche Bedeutung zugemessen. Professionelle Ernährungsberatungsstellen und Phytomediziner sind deutschlandweit zu finden. Echinacea (Sonnenhut), Acerolafrüchte, wertvolle Hibiskusblüten und Ingwer sind wichtige Bestandteile der H&S Vitaltees Heiße Holunder, Heiße Zitrone und Heiße Sanddorn. Sie schmecken nicht nur sehr gut, sondern bieten auch eine besondere Abwechslung den täglichen Bedarf an Flüssigkeit zu decken.

Ihr H&S Apotheken-Team

apotheke@hstee.de





Nr.70 H&S® HeiBer Holunder

Zutaten: Äpfel, rote Hibiskusblüten, natürliches Holunderaroma, Holunderbeeren, Hagebutten, Echinacea, Holunderbeerenextrakt, Holunderblüten, Acerola, süße Brombeerblätter, Heidelbeeren, Ingwer.

PZN 11164058



Nr.71 H&S® HeiBer Sanddorn

Zutaten: Äpfel, natürliches Sanddornaroma, Hagebuttenschalen, Säuerungsmittel: Zitronensäure, rote Hibiskusblüten, Sanddornbeeren, Holunderbeeren, Echinacea, Acerola, süße Brombeerblätter, Ingwer, Grüntee-Extrakt.

PZN 11164064



Nr.72 H&S® HeiBe Zitrone

Zutaten: Weiße Hibiskusblüten, Äpfel, Orangenschalen, natürliches Zitronenaroma, Hagebuttenschalen, Echinacea, Acerola, süße Brombeerblätter, Ingwer, Zitronenschalen.

PZN 11164087