

Frau im Spiegel

Erschienen: 10. Juni 2009 (Heft 25/09)

Seite: 51

Druckauflage: 300.100

Reichweite: 1,68Mio.

Neue Kraft für die Nerven

Hilfe aus der Naturapotheke Stress in der Partnerschaft, Angst um den Job, Sorgen um die Gesundheit: Etwa acht Millionen Menschen in Deutschland fühlen sich ständig überfordert. Ihr Körper reagiert mit Erschöpfung, Anspannung, Schlafstörung. Viele setzen dann auf pflanzliche Arzneimittel. Die Kombination der klassischen Heilpflanzen Baldrian und Johanniskraut (etwa in Sedariston, Apotheke) soll laut klinischer Studien beruhigen und entspannen und neue Tatkraft schenken. Baldrian wird seit Jahrhunderten als Beruhigungsmittel eingesetzt, Johanniskraut normalisiert das Nervensystem, hellt die Stimmung auf.

