

WALA PRESSEINFORMATION

Gesund in Bewegung: Natürlich! mit Hilfe aus der Natur

Bad Boll/Eckwälden, 9. März 2010/CMS – Voller Freude über die angenehme Frühlingsluft bleibt es zunächst unbemerkt, wenn man sich nach dem langen Winter bei sportlicher Aktivität überfordert. Schnell wird aus dem Joggen oder Radfahren ein lästiger Muskelkater, es entstehen vielleicht sogar schmerzhafte Krämpfe oder Verspannungen der Muskulatur und auch Zerrungen und Prellungen kennt jeder sportlich Aktive. WALA Arzneimittel mit Wirksubstanzen aus der Natur können da Abhilfe schaffen.

Vitalität für Körper und Geist

Sport hält Körper, Geist und Seele gesund. Neben der positiven Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System beugt regelmäßige Bewegung Erkältungskrankheiten vor und mindert sogar die Wahrscheinlichkeit, an Heuschnupfen zu erkranken.¹ Gerade im Frühling zieht es Viele wieder nach draußen in die Natur: Joggen, Radfahren, Nordic Walking oder Inline Skating bestimmen das Freizeitgeschehen. Doch lange Trainingspausen während des Winters, zu kurze Aufwärmphasen und körperliche Überanstrengung durch ein zu hohes Trainingspensum können Sportverletzungen nach sich ziehen. Aus Freude und Lust an der Bewegung kann schnell Frust oder Quälerei werden, wenn jeder Schritt und jede Armbewegung von Schmerzen begleitet werden.

Wund(er)heiler in der Not

Hier helfen verschiedene WALA Arzneimittel bei den einzelnen Beschwerden: Ein Fehltritt beim Laufen oder ein zu ruckartiger Sprung nach dem Ball: Prellungen und Zerrungen kennt jeder sportlich Aktive. Hier wirken *WALA Arnica e planta tota D6, Globuli velati* wundheilungsfördernd, entzündungshemmend und dadurch schmerzlindernd auf das verletzte Gewebe. Arnika (*Arnica montana*) unterstützt die Rückresorption von angesammeltem Blut und Gewebeflüssigkeit, wodurch Blutergüsse, Schwellungen und Stauungen schneller zurückgehen. Auch bei Muskelkater hat sich die Gabe von Arnika bewährt, weil Mikrofaserrisse und eine Übersäuerung des Gewebes gelindert werden. Die Wirkung ist umso besser, je schneller *Arnica e planta tota D6, Globuli velati* nach Entstehung der Verletzung eingenommen werden.

Entspannend bei Krämpfen und Verhärtungen

Wer vor und während des Sports zu wenig trinkt bei gleichzeitig starkem Schwitzen, leidet danach häufig an Muskelverhärtungen oder Muskelkrämpfen. *WALA Magnesium phospho-*

¹ Rösch H-J, Rösler B, Meyer U. Heuschnupfen und körperliche Bewegung. Der Merkurstab 2009; 62: 26-29.

ricum comp., Globuli velati wirken durch ihre Komposition aus einer nach homöopathischen Verfahren potenzierten Magnesiumzubereitung und Arnika (*Arnica montana*) entspannend und schmerzlindernd auf die Muskulatur und aktivieren den lokalen Stoffwechsel, was die Ausscheidung von Ablagerungen fördert. Verhärtungen können so abgebaut und aufgelöst werden. *Magnesium phosphoricum comp., Globuli velati* wirken sowohl bei akuten als auch bei chronischen Muskelverspannungen während des Trainings und in der anschließenden Ruhephase. Sie ergänzen die äußerliche Einreibung mit z. B. *WALA Aconit Schmerzöl* und bieten somit eine umfassende Medikation bei jeglicher Art sportbedingter Verspannungen.

Erste Hilfe bei Sportlerschmerzen

Als Folge von unregelmäßigen Sportsequenzen und Überforderung bei den Trainingseinheiten stellen sich häufig Muskelverspannungen ein. Durchgeschwitzte oder wetteruntaugliche Sportbekleidung kühlt den Körper aus – auch hier können Verspannungen die Folge sein. Im *Aconit Schmerzöl* vereinen sich neben der schmerzlindernden auch eine wärmende und beruhigende Wirkung. Homöopathisch potenziertes Blauer Eisenhut wirkt einer Auskühlung entgegen und lindert Muskel-, Gelenk- und Nervenschmerzen. Zusätzlich regt Kampfer die Durchblutung an, während natürliches ätherisches Lavendelöl die Muskulatur entspannt und beruhigt. Nach der warmen Dusche oder dem Saunagang, die auf intensives Training folgen sollten, kann das Öl – in die noch feuchte Haut eingerieben – seine lindernde Wirkung entfalten.

Pflichtangaben zu den genannten Präparaten (die Anwendungsgebiete ergeben sich aus der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis):

WALA Arnica e planta tota D6, Globuli velati

Wirkstoff: Arnica montana e planta tota ferm 33c. **Anwendungsgebiete:** Anregung und Harmonisierung der Stoffwechsel- und Formprozesse bei Gewebs- und Organschädigungen, besonders nach Schädigungen durch äußere, mechanische Einwirkung und Mangel durchblutung (mechanischen und ischämischen Insulten), z. B. bei Einschränkungen der willkürlichen Beweglichkeit, Muskelkater, Zerrungen, Quetschungen; Nachbehandlung nach Herzinfarkt, Nachbehandlung nach Schlaganfall (Apoplexie), Gehirnerschütterung; Spätfolgen psychischer Schockerlebnisse. **Warnhinweis:** Dieses Arzneimittel enthält Sucrose. *WALA Arnica e planta tota D6, Globuli velati* gibt es ausschließlich in Apotheken. Das 20-g-Glasdöschen ist zum Preis von 9,08 Euro erhältlich.

WALA Aconit Schmerzöl

Anwendungsgebiete: Anregung des Wärmeorganismus und Integration von Stoffwechselprozessen bei schmerzhaften entzündlichen Erkrankungen, die vom Nerven-Sinnes-System ausgehen, z.B. Nervenschmerzen (Neuralgien), Nervenentzündungen (Neuritiden), Gürtelrose (Herpes zoster), rheumatische Gelenkerkrankungen. **Warnhinweis:** Erdnussöl kann in seltenen Fällen örtlich begrenzte Hautreaktionen (z. B. Kontaktdermatitis) hervorrufen. *WALA Aconit Schmerzöl* gibt es ausschließlich in Apotheken. Die 50-ml-Flasche ist zum Preis von 9,23 € erhältlich, 100 ml zum Preis von 13,70 €.

WALA Magnesium phosphoricum comp., Globuli velati

Anwendungsgebiete: Anregung und Strukturierung des Flüssigkeitsorganismus bei schmerzhaften Verhärtungen und Ablagerungen mit Verspannungen der Muskulatur, z.B. Muskelverhärtungen

(Myogelosen), Muskelkrämpfe, „Herzenge“ (pectanginöse Beschwerden), Weichteilrheumatismus.
Warnhinweis: Dieses Arzneimittel enthält Sucrose und Lactose. *WALA Magnesium phosphoricum comp., Globuli velati* gibt es ausschließlich in Apotheken. Das 20-g-Glasdöschen ist zum Preis von 9,08 Euro erhältlich.

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

Bitte beachten Sie, dass Muster apothekenpflichtiger Arzneimittel wie die oben genannten vom Gesetzgeber her lediglich an Ärzte und Heilpraktiker abgegeben werden dürfen. Es besteht deshalb nicht die Möglichkeit der Bemusterung von Redaktionen und Journalisten.

WALA Arzneimittel – Aus der Natur für den Menschen

Aus der Natur für den Menschen – dieser Leitgedanke begleitet die WALA Heilmittel GmbH seit ihrer Gründung im Jahre 1935.

Durch die rhythmische Anwendung polarer Qualitäten wie Wärme/Kälte und Licht/Dunkelheit erzeugt sie Präparate, die der Gesundheit dienen. Grundlage dafür bilden Substanzen aus der Natur, die möglichst aus biologischem Anbau stammen und unter fairen Arbeitsbedingungen gewonnen werden.

Heute exportiert das Stiftungsunternehmen WALA Arzneimittel, Dr.Hauschka Kosmetik und Dr. Hauschka Med Präparate in mehr als 40 Länder. Die WALA beschäftigt rund 700 Mitarbeiter und erzielte 2009 einen Warenumsatz von 98 Mio. Euro.

WALA Arzneimittel sind in jeder Apotheke erhältlich. Für weitere Informationen zu WALA Arzneimitteln können Sie kostenfrei unsere Ratgeberbroschüren anfordern. Anfragen nimmt der WALA Kundenservice unter der Telefonnummer +49 (0)7164 930-181 montags bis freitags von 8:00 Uhr bis 17:00 Uhr entgegen. Besuchen Sie uns auch im Internet unter www.walaarzneimittel.de.