



LINDEN  
APOTHEKE

# Darm und Immunsystem – ein starkes Team

Unser Darm spielt eine zentrale Rolle für unsere Abwehrkräfte: Rund 70 % der antikörperbildenden Immunzellen befinden sich im Darm. Ist der Darm gesund, sind wir besser gegen verschiedene Krankheitserreger geschützt.

Die Darmflora besteht aus bis zu 100 Billionen nützlichen Mikroorganismen, die das Gleichgewicht im Darm aufrechterhalten und wichtige Aufgaben für Verdauung und Immunabwehr übernehmen. Gerät dieses empfindliche Gleichgewicht aus der Balance – etwa durch Stress, falsche Ernährung oder bestimmte Medikamente – kann die körpereigene Abwehr geschwächt werden.

Eine ausgewogene Darmflora ist daher entscheidend für unsere Gesundheit. Probiotika können dabei unterstützen: Sie enthalten lebende, medizinisch geprüfte Mikroorganismen, die – in ausreichender Menge eingenommen – einen positiven Effekt auf die Darmgesundheit haben. Studien zeigen, dass eine gestörte Darmflora an der Entstehung verschiedener Erkrankungen beteiligt sein kann.

Neben einer ausgewogenen Ernährung, regelmäßiger Bewegung und Stressreduktion kann der gezielte Einsatz hochwertiger Probiotika helfen, das Gleichgewicht im Darm wiederherzustellen oder langfristig zu erhalten.

## Vitamin D – unverzichtbar für das Immunsystem

Vitamin D ist ein wichtiger Baustein für ein funktionierendes Immunsystem. Es unterstützt die Abwehrkräfte, kann die Infektanfälligkeit senken und ist zudem bedeutend für den Knochenstoffwechsel, das Herz-Kreislauf-System und das Zellwachstum.

Der Körper kann Vitamin D selbst bilden – allerdings nur mithilfe von Sonnenlicht.

Besonders in den Herbst- und Wintermonaten reicht die Sonneneinstrahlung oft nicht aus. Über die Ernährung lässt sich ein Mangel nur schwer ausgleichen, da Vitamin D nur in wenigen Lebensmitteln, vor allem in fettem Fisch – in nennenswerten Mengen enthalten ist. Um den täglichen Bedarf an Vitamin D zu decken, wären mehrere hundert Gramm Aal, Hering oder Lachs notwendig.

Eine gezielte Supplementierung mit Vitamin D kann helfen, einem Mangel vorzubeugen und die Gesundheit gerade in weniger sonnenreichen Monaten zu unterstützen.

**Zur gezielten Stärkung von Darm und Immunsystem beraten wir Sie gerne persönlich in Ihrer Linden Apotheke.**



LINDEN  
APOTHEKE



LINDEN  
APOTHEKE

LINDENBLATT  
EINE INFORMATION IHRER LINDENAPOTHEKE

Ausgabe 02 | 2026

# Darmgesundheit – Schlüssel zu einem starken Immunsystem

Unser Immunsystem ist ein hochkomplexes und zugleich sensibles Netzwerk, das unseren gesamten Körper schützt. Ein großer Teil dieser Abwehr sitzt dort, wo viele es nicht vermuten: im Darm. Bereits im Mundraum beginnen erste Schutzmechanismen durch Speichel und Schleimhäute, doch im Darm entscheidet sich maßgeblich, wie gut unser Körper gegen Krankheitserreger gewappnet ist.

Tag und Nacht versuchen Erreger in unseren Körper zu gelangen. In den meisten Fällen bleibt ihr Versuch erfolglos – dank eines fein abgestimmten Zusammenspiels aus Abwehrzellen, Signalstoffen und einer gesunden Darmflora. Gelingt es einem Erreger dennoch, die Barrieren zu überwinden, tritt unser Immunsystem in Aktion und bekämpft ihn gezielt.

Erfahren Sie bei uns, welche Rolle Ihr Darm für Ihre Gesundheit spielt und wie Sie Ihre Abwehrkräfte nachhaltig stärken können.



Marek Büttergerds | Apotheker

Linden Apotheke  
Letter Straße 35  
48653 Coesfeld  
Telefon 0 25 41 | 94 80 0  
Telefax 0 25 41 | 94 80 20  
info@lindenapotheke-coesfeld.de  
www.lindenapotheke-coesfeld.de

Öffnungszeiten:  
Mo, Di, Do: 8.30 - 19.00 Uhr  
Mi, Fr: 8.30 - 18.30 Uhr  
Sa: 9.00 - 14.00 Uhr



LINDEN  
APOTHEKE





LINDEN  
APOTHEKE

# Unsere Angebote\* im Februar



LINDEN  
APOTHEKE

Hochwertige Produkte  
zu günstigen Preisen.

## Sinupret® Saft



ein Medikament zur Behandlung von Nasennebenhöhlen-entzündungen mit Schnupfen.\*\*

100ml statt 13,49 € UVP

**10,50 €**

Sie sparen 22%  
1l 105,- €

## Bronchipret® Tropfen



Mit dem 3-fach Effekt wird der Husten beruhigt, der Schleim gelöst und die Entzündungsbeschwerden in den Bronchien bekämpft.\*\*

100ml statt 22,99 € UVP

**17,50 €**

Sie sparen 23%  
1l 175,- €

## EMSER® Nasendusche



Zur gründlichen Nasenspülung. Wohltuend, befreiend, reinigend und pflegend.\*\*

statt 18,99 € UVP

**14,99 €**

Sie sparen 21%

## PARI NaCl® Inhalationslösung

Eine isotone Salzlösung zur Befeuchtung der Atemwege z.B. mit dem Pari Inhalationsgerät.\*\*



20x2,5ml statt 6,49 € UVP

**5,25 €**

Sie sparen 19%  
1l 105,- €

## Stilaxx® Hustenstiller

### junior

Ein pflanzlicher Hustenstiller bei Reizhusten und trockenem Husten.\*\*



100ml statt 14,99 € UVP

**11,99 €**

Sie sparen 20%  
1l 119,90 €

## Dobendan® Direkt

Lutschtabletten bei Halsschmerzen. Schmerzlindernd und entzündungshemmend.\*\*



24 Stück statt 14,99 € UVP

**11,99 €**

Sie sparen 20%

## OMNI BiOTiC® 10

Während und nach der Antibiotika-Einnahme; es gleicht das bakterielle Ungleichgewicht aus; die enthaltenen Bakterienstämme siedeln sich nachhaltig im Darm an.\*\*



50g statt 17,99 € UVP

**14,50 €**

Sie sparen 19%  
1kg 290,- €

## OMNI BiOTiC® 10 Kids

Für Kinder, während und nach der Antibiotika-Einnahme; es gleicht das bakterielle Ungleichgewicht aus; die enthaltenen Bakterienstämme siedeln sich nachhaltig im Darm an.\*\*



50g statt 17,99 € UVP

**14,50 €**

Sie sparen 19%  
1kg 290,- €

## Meditonsin® Extract Junior

Es ist ein zugelassenes, pflanzliches Arzneimittel bei einer akuten Erkältung und typischen Symptomen wie Husten, Schnupfen und Halsschmerzen für Kinder ab 4 Jahre.\*\*



60 Stück statt 16,99 € UVP

**13,50 €**

Sie sparen 20%

## ipalat® Zuckerfrei & classic



Lutschtabletten bei rauem Hals und Halskratzen, straziierter Stimme sowie bei Heiserkeit und Hustenreiz.\*\*

40 Stück statt 6,99 € UVP

**5,50 €**

Sie sparen 20%

## OMNI BiOTiC® IMMUND

Enthält einen natürlich im Mundraum vorkommenden Bakterienstamm, sowie Vitamin D; die Schlüsselrolle in der Abwehr – das orale Mikrobiom.\*\*



30 Stück statt 25,99 € UVP

**20,99 €**

Sie sparen 20%

**ANGEBOT:** Sie erhalten einmal im Monat mit diesem Coupon einen Rabatt von

**15%**



Gültig bis 28.02.2026. Sie erhalten mit diesem Coupon einen Rabatt von 15% auf einen Artikel Ihrer Wahl. Ausgenommen ist eine Rabattgewährung auf rezeptpflichtige Medikamente, auf Angebote, sowie eine Kombination von Rabatten.

\*Nur so lange der Vorrat reicht, Abgabe in handelsüblichen Mengen. Für Fehler keine Haftung. Gültig vom 01.02.2026 bis 28.02.2026. Alle Preise inklusive gesetzliche Mehrwertsteuer. \*\*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.