



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 Infektfähigkeit 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

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.



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



© shutterstock





LINDEN
APOTHEKE

Unsere Angebote* im Februar

Sinupret® Saft



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

100ml statt 13,49 € UVP
10,50 €
Sie sparen 22%
1l 105,- €

Stilaxx® Hustenstiller junior



Ein pflanzlicher Husten-
stiller bei Reizhusten und
trockenem Husten.**

100ml statt 14,99 € UVP
11,99 €
Sie sparen 20%
1l 119,90 €

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%

Bronchipret® Tropfen



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

100ml statt 22,99 € UVP
17,50 €
Sie sparen 23%
1l 175,- €

Dobendant® Direkt

Lutschtabletten bei Halsschmerzen. Schmerzlindernd
und entzündungshemmend.**



24 Stück statt 14,99 € UVP
11,99 €
Sie sparen 20%

ipalat® Zuckerfrei & classic



Lutschtabletten bei rauem
Hals und Halskratzen, stra-
pazierter Stimme sowie
bei Heiserkeit und Husten-
reiz.**

40 Stück statt 6,99 € UVP
5,50 €
Sie sparen 20%



LINDEN
APOTHEKE

Hochwertige Produkte zu günstigen Preisen.

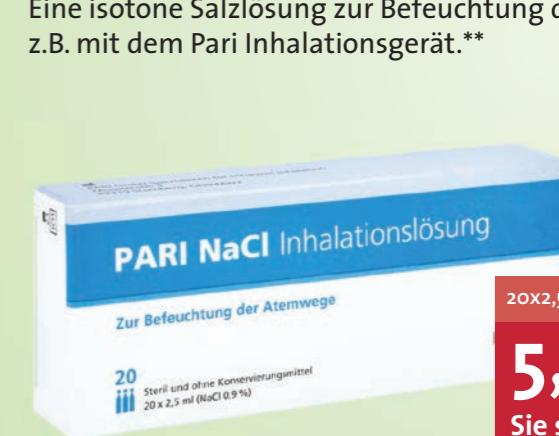
EMSER® Nasendusche



Zur gründlichen Nasenspül-
lung. Wohltuend, befreidend,
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,- €

OMNI BIOTIC® 10

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



50g statt 17,99 € UVP
14,50 €
Sie sparen 19%
1kg 290,- €

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 Medika-
mente, 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.