



# Monarda complex Voor een sterke blaas

## Druppels

### Gebruiken bij

Voor een sterke blaas en een goede blaasfunctie. Helpt bij het ophouden van de urine.

### Blaas

De blaas is een tijdelijk 'opvangbassin' voor urine. Vanuit de nieren vloeit de urine druppelsgewijs naar de blaas. Iedere dag ontstaat er ongeveer anderhalve liter urine. Een volle blaas kan gemiddeld zo'n 400 ml urine bevatten. Sterke blaassluitspieren houden de urine in de blaas.

A.Vogel Monarda complex is een zuiver natuurlijk middel. Het bevat een krachtige combinatie van heilzame planten voor een goede blaasfunctie en sterke blaassluitspieren. Sterke blaassluitspieren zijn belangrijk als het gaat om hygiëne en zelfvertrouwen. Monarda complex helpt ook bij kinderen voor een sterke blaas en het ophouden van de urine.

### Dosering en gebruik

3x daags 10 druppels voor de maaltijd in wat water innemen.

### Kinderen tot 6 jaar:

3x daags 3 druppels.

### Kinderen van 6 tot 12 jaar:

3x daags 5 druppels.

Voor gebruik schudden. In dit middel kan enig bezinsel ontstaan.



Het flesje verticaal houden tijdens het druppelen.

### Wat u moet weten voordat u Monarda complex gebruikt

De aangegeven dosering niet overschrijden. Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk. Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

### Gebruik tijdens zwangerschap of borstvoeding

Monarda complex kan, voor zover bekend, overeenkomstig de aangegeven dosering worden gebruikt. Het verdient in het algemeen aanbeveling bij gebruik van gezondheidsproducten tijdens de zwangerschap en de periode waarin borstvoeding wordt gegeven, eerst uw behandelend arts te raadplegen.

### Niet gebruiken bij

Overgevoeligheid voor een van de componenten.

### Combinatie met andere producten

Een mogelijke wisselwerking kan optreden bij gelijktijdig gebruik van Monarda complex met geneesmiddelen, o.a. orale anticonceptiva (de pil). De werking van deze geneesmiddelen kan hierdoor verminderd zijn. Indien u Monarda complex gelijktijdig met geneesmiddelen wilt gaan gebruiken, dient u dit in overleg met uw arts of apotheker te doen.

### Verdraagbaarheid

In de aanbevolen hoeveelheden wordt het product in het algemeen prima verdragen.

### Ingrediënten

Plantenextracten: beredruif (*Arctostaphylos uva-ursi*), rode zonnehoed (*Echinacea purpurea*), gewoon duizendblad (*Achillea millefolium*), sint-janskruid (*Hypericum perforatum*), citroenmelisse (*Melissa officinalis*), haver (*Avena sativa*), welriekende sumak (*Rhus aromatica*), bergamotplant (*Monarda didyma*) 5%, ratelpopulier (*Populus tremuloides*), valeriaan (*Valeriana officinalis*). Alcoholgehalte ca. 59% v/v.

Een dagdosering van 3x10 druppels bevat de inhoudsstoffen van in totaal 1500 mg extract van de in de ingrediëntenlijst genoemde planten.

### Bewaren

Buiten bereik en zicht van kinderen houden. Bewaren beneden 25°C.



## Verpakking

Monarda complex is verkrijgbaar in een verpakking van 50 ml.

## Persoonlijk advies

We kennen allemaal de bouwstenen voor een gezond leven: gevarieerde en gezonde voeding, verantwoord bewegen en voldoende afwisseling in werk en ontspanning. Als het nodig is, helpt A.Vogel het zelfherstellende vermogen van het lichaam met natuurlijke gezondheidsproducten die zijn ontwikkeld volgens de nieuwste wetenschappelijke inzichten. Wilt u meer informatie of een persoonlijk advies? Kijk dan op [www.avogel.nl](http://www.avogel.nl) of bel met de A.Vogel gezondheidslijn 0900-2464646 of stuur een e-mail naar [info@avogel.nl](mailto:info@avogel.nl)

## Tips voor een sterke blaas

- Drink ten minste 1,5 tot 2 liter vocht per dag om de blaas geregeld door te spoelen en schoon te houden.
- Spreid de vochtinname over de gehele dag, maar drink niet te veel vlak voor het slapen gaan of als u lang moet zitten.
- Drink niet te veel koffie, zwarte thee en alcohol.
- Doe elke dag een aantal oefeningen voor uw bekkenbodemspieren voor sterke blaassluitspieren.
- Stel het plassen niet uit als u aandrang voelt.
- Zorg ervoor dat u uw blaas volledig leegt als u naar het toilet gaat en probeer het plassen niet te onderbreken.
- Ontspan uw bekkenbodemspieren tijdens het plassen en laat uw urine vloeien zonder uw buikspieren te spannen of te persen.



- Neem op het toilet een natuurlijke zithouding aan met de rug recht, met de voeten plat op de grond en de benen licht gespreid.

## Alfred Vogel, een wereldreiziger gefascineerd door de natuur

Alfred Vogel reisde naar Afrika, Azië en Amerika, waar de inheemse bevolking hem het verband toonde tussen voeding, leefwijze en gezondheid. Na elke reis bracht hij een schat aan planten mee die hij verwerkte tot homeopathische geneesmiddelen en natuurlijke gezondheidsproducten. Producten die vandaag de dag miljoenen tevreden gebruikers over de gehele wereld helpen gezond te worden of te blijven.

## A.Vogel tuinen: EKO-keurmerk

De planten voor de A.Vogel producten kweken we grotendeels in eigen tuinen. Vanzelfsprekend op ecologische wijze (EKO-keur). Er komen dus geen kunstmest en chemische bestrijdingsmiddelen aan te pas. We oogsten op het moment dat de plant de hoogste concentratie aan werkstoffen bevat. Om de plant vervolgens direct vers te verwerken tot natuurlijk A.Vogel product.

## Zorg voor het milieu

A.Vogel streeft ernaar het milieu zo min mogelijk te belasten. Daarom maken we zoveel mogelijk gebruik van milieuvriendelijk geproduceerde verpakingsmaterialen. Deze materialen hebben bij verbranding geen schadelijke effecten op het milieu of zijn geschikt voor recycling.



De tekst van deze gebruiksaanwijzing werd voor het laatst gewijzigd op 1 februari 2008.

## Biohorma B.V.

Postbus 33, 8080 AA Elburg