



## Crataegus complex Ondersteunt het hart\*

Voedingssupplement  
Kruidenpreparaat

### Tabletten

#### Gebruiken bij

Ondersteunt het hart. Helpt bij behoud van gezonde bloedvaten.\*

#### Ondersteunt hart en bloedvaten

Het behoud van een gezond hart en gezonde bloedvaten is belangrijk. Het hart en de bloedvaten zorgen ervoor dat alle weefsels in ons lichaam worden voorzien van zuurstof en voedingsstoffen en dat afvalstoffen worden afgevoerd. Hierdoor kan het lichaam goed blijven functioneren. A.Vogel Crataegus complex is een natuurlijke hartverzorger. Het heeft een gunstige invloed op hart en bloedvaten.\*

\*Crataegus (meidoorn), valeriana

#### Dosering en gebruik

3x daags 2 tabletten voor de maaltijd met wat water innemen.

#### Wat u moet weten voordat u Crataegus 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

Crataegus 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

U kunt dit product in het algemeen gelijktijdig met andere producten gebruiken. Het is raadzaam om bij twijfel overleg te plegen met uw arts of apotheker.

#### Verdraagbaarheid

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

#### Ingrediënten

Plantenextracten: een-/tweestijlige meidoorn (Crataegus monogina/Crataegus laevigata), haver (Avena sativa), valeriana (Valeriana officinalis), citroenmelisse (Melissa officinalis), koningin van de nacht (Selenicereus grandiflorus), hulst (Ilex aquifolium), liaan (Strophanthus gratus); vulstof (lactose (melk)); glansmiddel (magnesiumstearaat); aurum chloratum; camphor.

Een dagdosering van 6 tabletten bevat de inhoudsstoffen van in totaal 2916 mg extract van de in de ingrediëntenlijst genoemde planten.

1 tablet = 250 mg

#### Bewaren

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

#### Verpakking

Crataegus complex is verkrijgbaar in een verpakking van 80 tabletten en 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 hart en bloedvaten

- Eet voldoende groente en fruit, bij voorkeur minimaal twee stuks fruit en twee ons groente per dag.
- Wees spaarzaam met zout, breng gerechten liever op smaak met kruiden en specerijen.
- Wees matig met het gebruik van dierlijke eiwitten, zoals vlees, eieren en kaas. Wie toch vlees wil eten, kan met mate kip, kalkoen of mager vlees eten. Een- of tweemaal per week vis is goed. Vette vis bevat vooral onverzadigd vet en dat is goed voor uw hart en bloedvaten.
- Probeer met zo weinig mogelijk vet en zout te koken, bakken en braden.
- Eet veel volkoren producten, dus bruin- of volkorenbrood in plaats van wit brood, volkoren pasta in plaats van gewone en zilvervliesrijst in plaats van witte rijst.
- Drink minstens anderhalve liter vocht per dag.
- Rook niet en drink niet meer dan twee glazen alcoholische drank per dag.
- Vermijd overgewicht en zorg voor voldoende beweging.

### 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 verpakkingsmaterialen. 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 16 juli 2014.

Biohorma B.V.  
Postbus 33, 8080 AA Elburg