



Zu Hause *natürlich* behandeln -  
Die pflanzliche Hausapotheke



Liebe Leserin, lieber Leser,

als erste Anlaufstelle bei akuten Erkrankungen wie Erkältungen, Magen-Darmproblemen und leichten Verletzungen ist die Hausapotheke oft der Retter in der Not. Allerdings nur, wenn sie auch die richtigen Helfer beinhaltet. Wirksame pflanzliche Arzneimittel sollten hier keinesfalls fehlen, denn sie sind gut verträglich und können daher auch über längere Zeit eingenommen werden.

Seit Jahrtausenden werden pflanzliche Arzneimittel in allen Kulturen der Welt mit Erfolg eingesetzt. Moderne Verfahren ermöglichen uns mittlerweile, die schon unseren Vorfahren bekannten Naturstoffe so wirkungsvoll wie möglich einzusetzen. Bei der Herstellung von pflanzlichen Arzneimitteln werden oft verschiedene Heilpflanzen miteinander kombiniert, wenn sie sich in ihrer Wirkung sinnvoll ergänzen.

Mit den besten Wünschen für Ihre Gesundheit!



Ernst-Albert Meyer  
Fachapotheker für Offizin-Pharmazie und Medizin-Journalist  
Hessisch Oldendorf



Inhalt

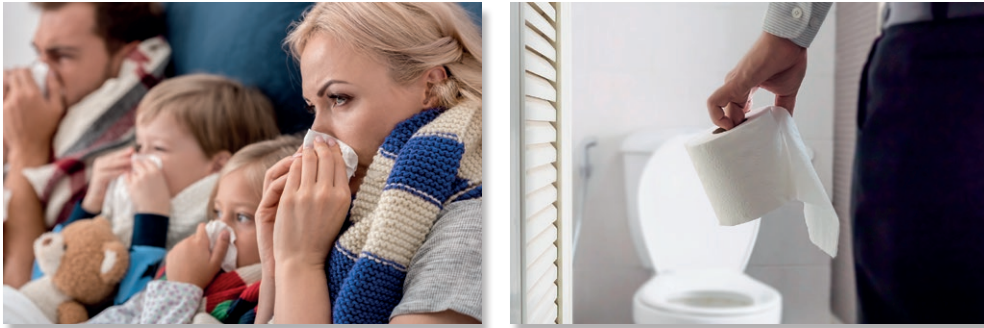
<b>1. Die Hausapotheke – das Wichtigste sofort griffbereit</b>	<b>4</b>
1.1 Was gehört in eine gut sortierte Hausapotheke?	5
1.2 Wie wird die Hausapotheke richtig aufbewahrt?	6
<b>2. Gut gerüstet – Pflanzliche Arzneimittel in der Hausapotheke</b>	<b>7</b>
2.1 Aus dem Schatz der Natur - wie Heilpflanzen wirken	7
2.2 Ausgewählte Pflanzenarzneien – wirksam und gut verträglich	8
2.3 Pflanzenmedizin für Kinder	15
2.4 Auf einen Blick – Beispiele für eine natürliche Hausapotheke	16





## 1. Die Hausapotheke – das Wichtigste sofort griffbereit

Sie sollte in keinem Haushalt fehlen! Nicht nur tagsüber, sondern auch nachts, an Wochenenden und im Urlaub ist sie oft der Retter in der Not. Die Hausapotheke hilft dabei, kleinere gesundheitliche Probleme sofort zu „verarzten“, wenn sich akute Erkrankungen wie Erkältungen oder Magen-Darm-Beschwerden ankündigen. Bei länger andauernden oder ernstesten Erkrankungen kann die Hausapotheke aber nicht den Arztbesuch ersetzen.



### 1.1 Was gehört in eine gut sortierte Hausapotheke?

Neben Schmerz-, Fieber-, Erkältungs- sowie juckreizlindernden und kühlenden Präparaten gehören auch Arzneimittel gegen Magen- und Darmprobleme und ein Fieberthermometer in jede Hausapotheke. Auch persönliche, vom Arzt oder von der Ärztin verordnete Medikamente zur regelmäßigen Einnahme haben hier ihren festen Platz. Wer für bestimmte Erkrankungen wie z.B. Blasenentzündungen besonders empfänglich ist, sollte auch hier für den Ernstfall vorsorgen. Ein Wunddesinfektionsmittel, Verbandsmaterial zur ersten Wundversorgung sowie eine Liste mit allen Notfallnummern machen die Hausapotheke komplett.



## Was gehört in eine gut sortierte Hausapotheke? Das Wichtigste auf einen Blick

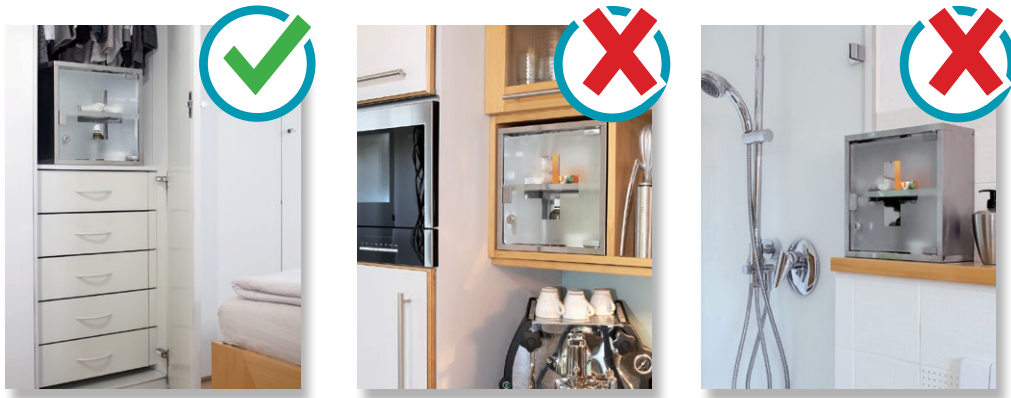
- **Medikamente gegen Schmerzen und Fieber**
- **Erkältungsmittel**
- **Medikamente gegen Durchfall, Übelkeit und Erbrechen**
- **Mittel gegen Insektenstiche**
- **Wund- und Heilsalben**
- **persönliche Medikamente**
- **Fieberthermometer**
- **Wunddesinfektionsmittel**
- **Verbandsmaterial (verschiedene Binden, Pflaster, Verbandklammern, Splitterpinzette)**
- **Zeckenzange**
- **Notfall-Nummern**





## 1.2 Wie wird die Hausapotheke richtig aufbewahrt?

Grundsätzlich sollten alle Arzneimittel in der Originalverpackung und mit Beipackzettel gelagert werden, um alle wichtigen Informationen griffbereit zu haben. Zu empfehlen ist außerdem eine lichtgeschützte, trockene und kühle Aufbewahrung, also nicht im Badezimmer oder in der Küche. Ein geeigneter Ort ist zum Beispiel das Schlafzimmer. Gehören Kinder zum Haushalt, sollte die Hausapotheke an einer kindersicheren Stelle aufbewahrt werden.



Damit die Hausapotheke im Notfall auch wirklich eine Hilfe ist, sollten die Bestände mindestens ein- bis zweimal im Jahr gesichtet werden. Jedes Arzneimittel hat ein Haltbarkeitsdatum, denn die Haltbarkeitsdauer von Arzneimitteln kann sehr unterschiedlich sein. Abgelaufene Arzneimittel oder solche, die schon länger als ein halbes Jahr angebrochen sind, sollten ausgetauscht werden. Bei Fragen hierzu hilft Ihnen Ihre Apotheke vor Ort. Medikamente, die das Haltbarkeitsdatum überschritten haben, verlieren nicht nur ihre Wirkung, sondern bei einigen können auch schädliche Abbauprodukte entstehen. Sofern der Beipackzettel keine speziellen Hinweise zur Entsorgung enthält, können Arzneimittel entgegen der landläufigen Meinung im Hausmüll entsorgt werden. Sicherer ist es, wenn Sie verfallene Arzneimittel in der Apotheke abgeben.



## 2. Gut gerüstet – Pflanzliche Arzneimittel in der Hausapotheke

### 2.1 Aus dem Schatz der Natur - wie Heilpflanzen wirken

Pflanzen sind die ältesten Arzneimittel des Menschen. In keinem anderen Land der Welt sind Heilpflanzen und pflanzliche Arzneimittel (Phytopharmaka) heute so beliebt wie in Deutschland. So befürworten über 70 Prozent der Deutschen den Einsatz pflanzlicher Arzneimittel und wenden sie auch selbst an.

Warum sind Phytopharmaka so beliebt? Weil sie meist verträglicher sind als synthetische Arzneimittel, in vielen Fällen weniger Nebenwirkungen haben und damit eine sanfte Alternative darstellen. Erklärt wird das mit der Theorie, dass die Verdauung des Menschen aufgrund der vorwiegend pflanzlichen Ernährung über Jahrtausende besser auf pflanzliche Stoffe eingestellt ist als auf chemische Substanzen, die in der Natur nicht vorkommen.



Heilpflanzen beinhalten stets eine Vielzahl von Stoffen. Therapeutisch wichtige Inhaltsstoffe der Heilpflanzen sind bestimmte Alkaloide, Glykoside, Saponine, Bitterstoffe, Gerbstoffe, aber auch Schleimstoffe und ätherische Öle. Die wirksamen Inhaltsstoffe werden manchmal in der ganzen Pflanze gespeichert, häufig aber nur in bestimmten Pflanzenteilen wie den Wurzeln, Blättern oder Blüten. Wissenschaftler:innen suchen seit Jahrzehnten in Pflanzen nach Wirkstoffen mit heilenden Eigenschaften und konnten den therapeutischen Wert vieler Pflanzen der Volksmedizin heute bestätigen.



Heilpflanzen werden meist in getrockneter und zerkleinerter Form verwendet, wobei entweder die gesamte Pflanze oder nur bestimmte Teile verarbeitet werden. Moderne Verfahren ermöglichen uns heute, die Naturstoffe so wirkungsvoll wie möglich einzusetzen. Standardisierte pflanzliche Fertigarzneimittel sind in Form von Tabletten, Kapseln, Säften, Tropfen oder Salben erhältlich. Sie sind einfach anzuwenden und garantieren einen festgelegten Gehalt an Wirkstoffen. Oft werden in pflanzlichen Arzneimitteln mehrere Heilpflanzen miteinander kombiniert, wenn sie sich in ihrer Wirkung sinnvoll ergänzen.



## 2.2 Ausgewählte Pflanzenarzneien – wirksam und gut verträglich

Viele Heilpflanzen-Anwendungen können nach Anleitung selbst aus frischen oder getrockneten Pflanzenteilen zubereitet werden. Zur Lagerung in der Hausapotheke sind lange haltbare Phytopharmaka in Form von Tabletten, Säften, Tees, Tropfen oder Salben am besten geeignet. Wer pflanzliche Arzneimittel anwendet, sollte die klinisch getesteten und staatlich zugelassenen Produkte aus der Apotheke bevorzugen. Im Gegensatz zu den Arzneimitteln aus der Apotheke ist die Wirksamkeit vieler Produkte aus dem Supermarkt oder der Drogerie nicht durch aufwendige Studien belegt.



## Fieber und Schmerzen

Bei leichten **fiebrigen Infekten** werden Tees aus **Linden- und Holunder-Blüten** eingesetzt. Diese Heilpflanzen besitzen eine schweißtreibende und Hustenreiz lindernde Wirkung. Auch die in einigen Erkältungstees enthaltene **Weidenrinde** senkt das Fieber und lindert Kopf- und Gliederschmerzen. Menschen mit Magen-erkrankungen oder einem empfindlichen Magen sollten jedoch auf Weidenrindentee verzichten, da er zu Magenreizungen führen kann.



## Erkältungen

Gegen **Infektionen der Atemwege** kann eine Kombination von **Kapuzinerkressenkraut** und **Meerrettich** wie in ANGOCIN® *Anti-Infekt N\** (als Tabletten in der Apotheke) eingesetzt werden. Die Pflanzen enthalten Senföle, die eine entzündungs- und wachstumshemmende Wirkung auf verschiedene Bakterien und Viren haben. Aufgrund dieser 3fach-Wirkung - antientzündlich, antibakteriell, antiviral - bekämpfen die Pflanzenstoffe nicht nur die Beschwerden, sondern auch die Ursachen der Erkrankung. Da die Senföle über die Lunge und die Harnblase ausgeschieden werden und sich dort anreichern, wirken sie bei Infekten der Atemwege und der Harnblase besonders gut. Mit einem Phytopharmakon aus Kapuzinerkresse und Meerrettich in der Hausapotheke ist man also gleichzeitig gegen zwei Krankheiten gut gerüstet.



\* Die Pflichtangaben befinden sich auf Seite 18.



Bei **Husten** und **Bronchitis** kommen **Efeublätter**, **Thymiankraut** und **Eukalyptusöl** erfolgreich zum Einsatz. Sie wirken krampflösend, verflüssigen den Bronchialschleim und erleichtern so das Abhusten. Thymian wirkt außerdem gegen Viren, die Erreger von Husten und Bronchitis. Thymian und Efeu finden sich in zahlreichen Hustensäften. Eukalyptus gibt es als Öl zur Inhalation, in Erkältungssalben zum Einreiben oder als Kapseln zum Einnehmen. Bitte beachten: Eukalyptushaltige Arzneimittel, wie z.B. Husteneinreibungen, dürfen bei Säuglingen und Kleinkindern nicht im Bereich des Gesichts, speziell der Nase, aufgetragen werden. Bei **verstopfter Nase** helfen Inhalationen mit **Eukalyptusöl** (nur für Erwachsene), **Kamillenblüten** oder **Thymiankraut**. Die Heilpflanzen lösen festsitzenden Schleim und wirken entzündungshemmend. Ein Geheimtipp zur Schleimlösung bei Husten im Rahmen von Erkältungen ist das **Andornkraut** (in MARRUBIN® *Andorn-Bronchialtropfen*\*), Arzneipflanze des Jahres 2018. Seine Inhaltsstoffe lösen den zähen Bronchialschleim, sodass die Atemwege wieder frei werden.



Bei **Halsschmerzen** können außerdem **Kamille** oder **Salbei** die Heilung unterstützen. Als Tee zum Gurgeln wirken sie entzündungshemmend und keimabtötend. Die meisten Tees werden als Aufguss zubereitet: Die getrockneten Pflanzenteile mit siedendem Wasser übergießen und 5 bis 10 Minuten ziehen lassen, dann abseihen. Tees sind warm zu trinken und als Süßungsmittel ist Honig geeignet. Auch pflanzliche Mundsprays mit ätherischen Ölen werden zur Desinfektion von Mund und Rachen eingesetzt.



\* Die Pflichtangaben befinden sich auf Seite 18.



## Durchfall

Die **Blutwurz** kann durch ihren Gerbstoffgehalt **gegen Durchfall** helfen. Sie wird als Tee oder Tinktur angewendet. Aufgüsse aus **Brombeerblättern** und getrockneten **Heidelbeeren**, aber auch schwarzer und grüner Tee, werden ebenfalls mit Erfolg bei Durchfall eingesetzt.



Eine Kombination der Heilpflanzen **Myrrhe**, **Kaffeebohle** und **Kamille** (in Tablettenform wie in MYRRHINIL-INTEST®\*) kann zur unterstützenden Behandlung bei zahlreichen Magen-Darm-Störungen eingesetzt werden, besonders wenn diese mit unspezifischem Durchfall, leichten Krämpfen und Blähungen einhergehen. Die Bestandteile wirken entzündungshemmend, krampflösend, entblähend und ziehen die Schleimhaut zusammen. Die Flüssigkeitsabgabe in den Darm wird vermindert, schädliche Stoffe werden gebunden und ausgeschieden. Die drei Heilpflanzen verstärken sich gegenseitig in ihrer Wirkung und greifen an verschiedenen Punkten im Magen-Darm-Trakt an.



\* Die Pflichtangaben befinden sich auf Seite 18.



## Übelkeit und Erbrechen

Gegen **Übelkeit**, **Erbrechen** und **Reisekrankheit** kann die **Ingwerwurzel** helfen. Wirksame Inhaltsstoffe der Ingwerwurzel sind das ätherische Öl sowie sogenannte Scharfstoffe (Gingerole und Shogaole). Sie kann zerkleinert oder als Trockenextrakt für Aufgüsse sowie als Fertigarzneimittel zur Anwendung kommen.



## Blasenentzündungen

Menschen, die zu **Blasenentzündungen** neigen, sollten auch hierfür wirksame Helfer in ihrer Hausapotheke haben. Denn gerade bei Harnwegsinfekten ist es wichtig, keine Zeit zu verlieren, sondern sofort aktiv zu werden, um den Krankheitsverlauf zu mildern und die Beschwerden schnellstmöglich wieder loszuwerden. Bei Blasenentzündungen können ebenso wie bei Erkältungen die Senföle aus **Kapuzinerkresse** und **Meerrettich** (als Tabletten in der Apotheke) zum Einsatz kommen. Sie haben eine entzündungs- sowie wachstumshemmende Wirkung auf verschiedene Bakterien und Viren und helfen bei Infekten der Harnblase und der Atemwege besonders gut.



Zur Unterstützung der Behandlung können außerdem Tees mit **Orthosiphonblättern**, **Goldrutenkraut** oder **Birkenblättern** zum Einsatz kommen. Sie besitzen eine harntreibende Wirkung und spülen so die Krankheitserreger aus den Harnwegen aus. Hinzu kommt ein keimhemmender Effekt.



## Zur äußeren Anwendung – juckreizlindernd und kühlend, Wundbehandlung

Die kühlende Wirkung der **Aloe vera**-Pflanze verschafft Linderung bei **Sonnenbrand**. In zahlreichen Cremes, Body- und Reinigungsotionen ist ein Aloe vera-Gel enthalten, das aus den Blättern dieser auch als „Wüstenlilie“ bekannten Pflanze gewonnen wird.



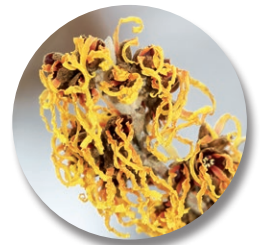
Auch Pfefferminzöl und Tees aus **Eichenrinde**, **Kamille** und **Haferstroh** – äußerlich eingesetzt – lindern **Juckreiz**. Bei lästigen und oft stark juckenden Insektenstichen kann das Betupfen mit **Nelkenöl** die Beschwerden lindern.



Oft kommt es zu unangenehmen **Insektenstichen** beim Aufenthalt in der Natur. Hier hilft der **Spitzwegerich**, eine Heilpflanze, die an jedem Wegrand wächst. Bei einem Stich ein Blatt vom Spitzwegerich abreißen, zwischen den Fingern zerreiben und damit die Stichstelle einreiben.

Aufgrund der entzündungshemmenden Pflanzeninhaltsstoffe klingen Juckreiz und Schwellung schnell ab.

Zur Versorgung von **Wunden**, **Abschürfungen**, **Prellungen** oder **Blutergüssen** können Salben und Tinkturen mit **Kamille**, **Arnika**, **Ringelblume** und **Hamamelis** verwendet werden. Die Heilpflanzen wirken gegen Entzündungen, hemmen das Wachstum von Mikroorganismen und fördern die Wundheilung.





## Schlafstörungen und Unruhezustände

Besonders wenn der Schlaf über längere Zeit gestört ist, werden Wohlbefinden, Gesundheit, Leistungsfähigkeit und damit die Lebensqualität erheblich eingeschränkt. Die meisten **Schlafstörungen** entstehen durch Problemsituationen im beruflichen oder persönlichen / familiären Bereich.

**Baldrian** wirkt wie der körpereigene Müdemacher Adenosin. Aber wichtig zu wissen: **Baldrianextrakt ist nicht gleich Baldrianextrakt**. Denn in wissenschaftlichen Untersuchungen konnte nachgewiesen werden, dass nur Extrakte, die mit dem Lösungsmittel Methanol aus der Pflanze gewonnen wurden, besonders reich an schlaffördernden Wirkstoffen (Schlafignane) sind. Hinweis: das Endprodukt enthält kein Methanol mehr.

Echter **Hopfen** wirkt ähnlich wie das körpereigene, schlaffördernde Melatonin, das bei Dunkelheit vom Gehirn abgegeben wird und uns schläfrig macht. Insbesondere in der Kombination Hopfen und Baldrian kann das natürliche Adenosin-Melatonin-Schlafregulationssystem stimuliert werden (in ALLUNA® *Schlaf\**).

In der Naturheilkunde wird die **Passionsblume** wegen ihrer spannungs- und angstlösenden, mild beruhigenden und schlaffördernden Wirkung geschätzt. Als pflanzliches Arzneimittel wird **Johanniskraut** zur antidepressiven Behandlung und zur Beruhigung eingesetzt.



\* Die Pflichtangaben befinden sich auf Seite 18.



## 2.3 Pflanzenmedizin für Kinder

Kinder sind in den ersten Lebensjahren viel häufiger als Erwachsene von Erkältungen und Magen-Darm-Erkrankungen betroffen. Daher sollten pflanzliche Ersthelfer für diese Erkrankungen in einem Haushalt mit Kindern in keiner Hausapotheke fehlen. Das kindliche Immunsystem reift noch und muss erst lernen, mit den vielen Keimen fertigzuwerden. Je älter die Kinder werden, umso besser sind sie durch ihr Immunsystem geschützt.



Zur Behandlung von Kindern sind pflanzliche Arzneimittel wegen der guten Verträglichkeit besonders geeignet. Dabei ist zu beachten, dass die Dosierung angepasst werden muss. So sollten Schulkinder beispielsweise bei Tees nur die Hälfte der für Erwachsene angegebenen Dosierung bekommen. Bei noch kleineren Kindern reicht ein Viertel der Erwachsenen-Dosis. Die individuelle Dosis hängt vom jeweiligen Tee ab. Bei Fragen hilft Ihnen Ihre Apotheke vor Ort.

Viele Arzneipflanzen sind heute speziell für Kinder in Form von geschmacksneutralen Tabletten, wohlschmeckenden Säften oder Tropfen erhältlich. Diese Fertigarzneimittel sind einfach anzuwenden und garantieren einen festgelegten Gehalt an Wirkstoffen. Die Anwendungsempfehlungen im Beipackzettel ermöglichen außerdem eine genaue Dosierung. Für Kinder, die noch keine Tabletten schlucken können oder möchten, können diese unter Umständen auch zerkleinert und mit Joghurt oder Pudding gemischt werden. Besprechen Sie mit Ihrem Kinderarzt / Ihrer Kinderärztin, ob dies in Ihrem Fall möglich ist.

Bei den im Kindesalter häufig auftretenden Erkältungen können zum Beispiel Tabletten aus Kapuzinerkresse und Meerrettich eingesetzt werden. Die enthaltenen Senföle bekämpfen nicht nur Bakterien, sondern auch Viren. Die Pflanzenstoffe wirken zusätzlich entzündungshemmend und sind nebenwirkungsarm.





## 2.4 Auf einen Blick - Beispiele für eine natürliche Hausapotheke

### Bei Fieber und Schmerzen

- Tees aus Linden- oder Holunderblüten



### Bei Erkältungen

- Tabletten aus Kapuzinerkresse und Meerrettich
- Tees aus Kamille oder Salbei
- Mundsprays mit ätherischen Ölen
- Hustensäfte mit Thymian, Efeu oder Andorn
- Salben zum Einreiben mit Eukalyptus
- Inhalationen mit Eukalyptusöl, Kamillenblüten oder Thymiankraut



### Bei Durchfall

- Tabletten aus Myrrhe, Kaffeekohle und Kamille zur unterstützenden Behandlung bei Magen-Darm-Störungen mit Durchfällen
- Tee oder Tinktur mit Blutwurz
- Aufgüsse aus Brombeerblättern, getrockneten Heidelbeeren sowie schwarzer und grüner Tee



### Bei Übelkeit und Erbrechen

- Ingwer als Trockenextrakt für Aufgüsse oder Fertigarzneimittel

### Bei Blasenentzündungen

- Tabletten aus Kapuzinerkresse und Meerrettich
- unterstützend auch Tees mit Orthosiphonblättern, Goldrutenkraut oder Birkenblättern



### Juckreizlindernd und kühlend

- Creme oder Lotion mit Aloe vera
- Tees als Umschläge mit Eichenrinde, Kamille oder Haferstroh

### Bei Wunden

- Salben und Tinkturen mit Kamille, Arnika, Ringelblume oder Hamamelis



### Bei Schlafstörungen und zur Beruhigung

- Fertigarzneimittel mit Baldrian und Hopfen
- Fertigarzneimittel mit Passionsblume
- Fertigarzneimittel mit Johanniskraut



## ALLUNA® Schlaf

### Anwendungsgebiete

Pflanzliches Arzneimittel zur Linderung von Schlafstörungen. Enthält Sojabohnenmehl.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 01/24.



## ANGOICIN® Anti-Infekt N

### Anwendungsgebiete

Zur Besserung der Beschwerden bei akuten entzündlichen Erkrankungen der Bronchien, Nebenhöhlen und ableitenden Harnwege.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 02/20.



## MARRUBIN® Andorn-Bronchialtropfen

### Wirkstoff

Andornkraut-Fluidextrakt.

### Anwendungsgebiete

Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Schleimlösung bei Husten im Rahmen von Erkältungen ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung. Enthält 23 Vol.-% Alkohol.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 02/20.



## MYRRHINIL-INTEST®

### Anwendungsgebiete

Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Magen-Darm-Störungen mit unspezifischem Durchfall, begleitet von leichten Krämpfen und Blähungen ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung. Enthält Glucose und Sucrose (Zucker).

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand 08/20.



## Impressum

### Herausgeber

Repha GmbH Biologische Arzneimittel  
Alt-Godshorn 87  
30855 Langenhagen  
www.repha.de  
info@repha.de

### Text und Redaktion

CGC Cramer-Gesundheits-Consulting GmbH, Eschborn  
www.cgc-pr.com

### Bildnachweise

Pharmacy icon: © oriori-Fotolia.com, Titel: © jirsak-stock.adobe.com  
Seite 4: Familie mit Erkältung © LIGHTFIELD STUDIOS-stock.adobe.com  
Seite 4: Mann mit Toilettenpapier © pairhandmade-stock.adobe.com  
Seite 11: Myrrhebaum: © Vladimir Melnik-Fotolia.com  
Seite 12: Arnica: © franzdell-Fotolia.com  
Seite 15: Teddybär: © drubig-photo-stock.adobe.com  
Seite 19: Familie: © deagreez-stock.adobe.com

Stand: März 2024



Repha GmbH  
Biologische Arzneimittel  
Alt-Godshorn 87  
30855 Langenhagen  
[www.repha.de](http://www.repha.de)  
[info@repha.de](mailto:info@repha.de)