

## Pollenflug Kalender

	Jänner	Februar	März	April	Mai	Juni	Juli	August	September
Hasel									
Erle									
Esche									
Birke									
Buche									
Eiche									
Gräser									
Raps									
Löwenzahn									
Roggen									
Holunder									
Spitzwegerich									
Gänsefuß									
Beifuß									
Nessel									
Ragweed									

sporadische Belastung
mäßige Belastung
starke Belastung

Weitere Info: [www.pollenwarndienst.at](http://www.pollenwarndienst.at)

### Mögliche Kreuzreaktionen

### Risiko

<b>Birkenpollen</b>	Kern- und Steinobst, Kiwi, (frische) Feige, Nüsse, Sellerie, Soja, Karotte	55 %
<b>Gräserpollen</b>	Tomate, Getreide, Hülsenfrüchte (z.B. Soja, Erdnuss)	< 10 %
<b>Beifußpollen</b>	Sellerie, Karotte, Kamille, Gewürze (z.B. Kümmel, Anis, Koriander, Zimt)	< 10 %

### Beachten Sie die saisonalen Schwankungen der Allergieauslöser:

Pollen sind saisonal unterschiedlich ausgeprägt und belasten von Februar bis Oktober. Tierhaarallergiker leiden bei Allergendisposition das ganze Jahr über. Hausstaubmilben belasten ebenso ganzjährig, verstärkt ab Oktober mit dem Beginn der Heizperiode. Schimmelsporen können saisonal unterschiedlich auftreten.

## Liebe/r Lectranal® Anwender/in,

Lectranal® ist ein hochwertiges Produkt zur Unterstützung des Immunsystems während der Allergiesaison. Bitte lesen Sie diese Anweisung sorgfältig durch, sie enthält wichtige Informationen zur richtigen Anwendung dieses Produkts.



UNTERSTÜTZT DAS IMMUNSYSTEM  
WÄHREND DER ALLERGIESEASON

### Nahrungsergänzungsmittel

Unterstützt das Immunsystem bei:

- Pollenflug
- Tierhaare
- Hausstaubmilben
- Schimmelsporen

### Vier Kapseln enthalten:

320 mg Lectalin®, ein Spezialextrakt aus der Traganthwurzel, 240 mg Calcium und 80 mg Vitamin C

**Inhalt:** 60 Kapseln, 120 Kapseln

Lectranal® und Lectalin® sind geschützte Marken von Milsing d.o.o

**Vertrieb:** KOSAN Pharma  
Anton-Bruckner-Str.5  
4863 Seewalchen

**Verzehrsempfehlung:** Empfohlene Verzehrsempfehlung für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren: 2 x täglich 2 Kapseln Lectranal® morgens und abends vor oder nach der Mahlzeit mit reichlich Wasser einnehmen. Die empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden.

Anwendung vor Beginn der Allergiesaison	Anwendung während der Allergiesaison
2 x täglich 2 Kapseln	2 x täglich 2 Kapseln

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung, die zusammen mit einem gesunden Lebensstil von Bedeutung ist.

### Lectranal® – die natürliche Hilfe bei Pollenflug!

Lectranal® ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das speziell für die Einnahme während der Allergiesaison (Pollenzeit) entwickelt wurde. Lectranal® enthält einen Spezialextrakt der Traganthwurzel, Calcium und Vitamin C, welches das Immunsystem auf natürliche Weise unterstützt.

### Wie hilft Lectranal®?

Lectranal® hilft dem körpereigenen Immunsystem, überschießende Reaktionen auf Pollen, Tierhaare, Hausstaubmilben und Schimmelsporen wieder zu normalisieren. Diese Eigenschaft von Lectranal® unterstützt effektiv das Immunsystem während der Allergiesaison.

### Lectranal® – wissenschaftlich belegt!

Die Vorteile von Lectranal® während der Allergiesaison sind wissenschaftlich gut belegt. In einer klinischen, doppelblinden Studie konnten 89 % der AnwenderInnen durch die Einnahme von Lectranal® die Lebensqualität während der Allergiesaison deutlich verbessern.

### Was enthält Lectranal®?

Lectranal® enthält einen Spezialextrakt aus der Traganthwurzel, Calcium und Vitamin C. Ein spezielles Herstellungsverfahren garantiert eine hohe Qualität der Inhaltsstoffe von Lectranal®. Frei von Gluten, Lactose, Hefe und Zucker.

### Wie wird Lectranal® eingenommen?

Die Einnahme von Lectranal® soll rechtzeitig, bis zu 2 Wochen vor Beginn der Allergiesaison (z.B. des Pollenfluges) begonnen und während der gesamten Dauer fortgesetzt werden. Die empfohlene Verzehrsempfehlung ist 2 x täglich 2 Kapseln. Die Einnahme erfolgt am besten vor oder nach der Mahlzeit mit reichlich Wasser.

### Kann Lectranal® auch bei starkem Pollenflug während der Allergiezeit eingenommen werden?

Die Einnahme von Lectranal® kann sowohl einige Wochen vor oder während der akuten Allergiesaison begonnen werden. In beiden Fällen empfiehlt sich die Einnahme von 2 x täglich 2 Kapsel.

### Können Kinder Lectranal® einnehmen?

Lectranal® kann von Kindern und Jugendlichen ab einem Alter von 12 Jahren eingenommen werden. Für Kinder von 3 bis 12 Jahren wird Lectranal® Saft junior empfohlen.

### Können Schwangere und Stillende Lectranal® anwenden?

Es liegen keine Erkenntnisse vor, die gegen eine Einnahme während der Schwangerschaft und Stillzeit sprechen.

### Kann Lectranal® auch negative Wirkungen hervorrufen?

Die Sicherheit von Lectranal® basiert auf langjährigen Erfahrungswerten. Es sind keine negativen Wirkungen bekannt.

### Was ist eine Allergie?

Heute ist bereits jeder Vierte von Allergien betroffen. Tendenz stark steigend. Die häufigste Allergieform ist die Pollenallergie. Symptome können mild bis schwerwiegend sein und schränken die Lebensqualität erheblich ein.

Das körpereigene Immunsystem ist der beste Schutz vor Bakterien, Viren sowie anderen schädlichen Stoffen. Manchmal schätzt unser Körper einen harmlosen Stoff aus der Umgebung (z.B. Pollen) falsch als gefährlich ein und leitet eine unangemessen starke Abwehrreaktion ein. Eine solche Überempfindlichkeitsreaktion nennt man Allergie. Die häufigste Form von Allergien ist die saisonale allergische Rhinitis, ausgelöst durch Pollen (auch als Pollenallergie oder Heuschnupfen bekannt). Sie fängt im Februar an und kann bis Ende Oktober andauern.

### Welche Stoffe verursachen Allergien?

- Gräser-, Baum- und Kräuterpollen
- Tierhaare oder -federn
- Hausstaubmilben
- Schimmelsporen

### Welche Symptome treten häufig bei Allergien auf?

- rote, tränende und gereizte Augen
- Niesen, Nasenausfluss
- geschwollene Nasenschleimhaut
- Juckreiz und Rötung der Nase
- trockener Reizhusten
- erschwerte Atmung
- Nesselsucht (gerötete Haut, Kontaktdermatitis)

### Bei Allergie – Immunsystem unterstützen!

Neben der herkömmlichen medikamentösen Behandlung der Symptome ist es das Beste, wenn Sie Ihr Immunsystem rechtzeitig zu Beginn der Allergiesaison (bei beginnenden Symptomen) unterstützen. Eine optimale Allergiebehandlung sorgt dafür, dass die Allergie-Empfindlichkeit gesenkt wird.

### Was kann man noch tun um eine Allergie zu lindern?

- bleiben Sie bei hoher Pollenkonzentration in geschlossenen Räumen
- reinigen und wechseln Sie regelmäßig die Klima-Filter
- durchlüften Sie nachts Ihr Zimmer
- duschen und waschen Sie Ihr Haar vor dem Schlafengehen
- legen Sie getragene Kleidung nie im Schlafzimmer ab
- trocknen Sie Wäsche nie im Freien
- beachten Sie die aktuelle Pollenvorhersage
- meiden Sie Zigarettenrauch

