

Gegen Erkältung (bakteriell oder viral):

Art/Menge	Nach dem Frühstück	Nach dem Mittagessen	Nach dem Abendessen
Reishi Extrakt 500 mg	1	1	
Astragalus Extrakt 500 mg		1	1
Olivenblattextrakt 500 mg	1		1
Zinkcitrat 50 mg...		1	
...oder Zinkpicolinat 15 mg	1	1	1
Vitamin C (Ascorbinsäure-Pulver)	2-8 Messlöffel je 120 mg	2-8 Messlöffel je 120 mg	2-8 Messlöffel je 120 mg
Quercetin 500 mg	1		1
Oregano-Öl	1		1
Vitamin E 400 IE		1	
Vitamin D3 (1000 IE pro Tropfen)		5 Tropfen	
Bei Kopfschmerzen zusätzlich:			
Moringa Extrakt 500 mg	1		1

Alle Produkte, außer Vitamin C-Pulver und Moringa-Extrakt, bei Fairvital erhältlich.