Bepanthen®
Wund- und Heilsalbe

Jetzt nur **13,95 €**

Inhalt: 100 g | AVP: 18,98 €
Preis kg: 139,50 €

Sie sparen 27%

Lamisil®
Creme

Jetzt nur **14,50 €**

Inhalt: 30 g | UVP: 19,56 €
Preis kg: 483,33 €

Sie sparen 26%

Crataegutt®
Tabletten

Jetzt nur **32,50 €**

Inhalt: 100 Stück | UVP: 42,20 €

Sie sparen 23%

Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgabe solange der Vorrat reicht und in haushaltsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten. *Preisnachlässe beziehen sich auf die unverbindliche Preisempfehlung (UVP) oder den AVP = für den Fall der Abgabe zu Lasten der gesetzlichen Krankenkasse (KK) vom pharmazeutischen Unternehmer zum Zwecke der Abrechnung der Apotheken mit den KK gegenüber der Informationsstelle für Arzneispezialitäten GmbH (IFA) angegebener einheitlicher Produkt-Abgabepreis im Sinne des § 78 Abs. 3 S. 1, 2. HS AMG, der von der KK im Ausnahmefall der Erstattung abzüglich 5% an die Apotheke ausgezahlt wird. Stand Februar 2024. Preise gültig vom 01.-31. März 2024.

natürlich DIE REGULATIONSPHARMAZIE

einzulösen in Ihrer

Paracelsus-Apotheke
St. Gallus Apotheke
Schwabmünchen
Langerringen

Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

natürlich DIE REGULATIONSPHARMAZIE

einzulösen in Ihrer

Paracelsus-Apotheke
St. Gallus Apotheke
Schwabmünchen
Langerringen

Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

natürlich DIE REGULATIONSPHARMAZIE

einzulösen in Ihrer

Paracelsus-Apotheke
St. Gallus Apotheke
Schwabmünchen
Langerringen

Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

natürlich DIE REGULATIONSPHARMAZIE

einzulösen in Ihrer

Paracelsus-Apotheke
St. Gallus Apotheke
Schwabmünchen
Langerringen

Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

Nicht schon wieder

Frühlingsgefühle! Wie schööööön! Doch wenn die Natur ihre duftenden Pforten zum Verweilen öffnet, lauert auch Gefahr. Lauf offiziellen Angaben leiden knapp 15% der Bevölkerung hierzulande an einer Pollenallergie mit Juckreiz an den Augen, Schwellungen der Schleimhäute oder unangenehmen Hautreaktionen. Albtraum statt Frühlingsgefühle! Die meisten Symptome werden durch frühblühende Bäume wie Hasel, Erle und Birke, durch Gräser oder Kräuter wie Beifuß ausgelöst. Zunehmende Luftschadstoffe, übertriebene Hygiene, unausgewogene Ernährungsformen, Nährstoffmangel, eine Belastung mit Schwermetallen oder ein mikrobiologisches Ungleichgewicht der Darmflora triggern die Allergie weiter. Neben der Akutbehandlung (z.B. mit klassischen Sprays oder Tabletten) ist es essentiell, den Organismus vorbeugend zu unterstützen.

Die Stärkung des Immunsystems (schießt bei Allergieausbruch „über") steht dabei an erster Stelle der Regulations-Kur. Heute ist wissenschaftlich belegt, dass 70 - 80% der antikörperproduzierenden Zellen entlang des Darmepithels sitzen. Und mit der Pflege von Darmflora & Säure-Basen-Haushalt starten wir gemeinsam Ihre Gesundheitsoffensive! Das Spurenelement Zink hat antiallergische Eigenschaften und wirkt stabilisierend auf die Zellen. Ein niedriger Spiegel kann demnach für die Ausprägung allergischer Symptome mit verantwortlich sein. Versuchen Sie zudem die Schadstoffbelastung in Innenräumen gering zu halten. Und – Vorsicht vor „Etagenwechsel"! Da die Schleimhäute der Atemwege eine Einheit bilden, kann die Entzündung bei unzureichender Behandlung von „oben nach unten" wandern, die Bronchien verengen und zu allergischem Asthma führen.

Manche Pollen und Lebensmittel kann der Organismus aufgrund der Ähnlichkeit nicht gut unterscheiden: **Die Folge: Kreuzreaktionen.** Problemmacher Nummer 1: Rohe Äpfel! Auch Karotten, Nüsse, Birnen, Kiwis, Kirschen oder Aprikosen können sich von einem Kribbeln oder leicht pelzigem Gefühl an Zunge und Lippen bis hin zu Schwellungen, Heiserkeit oder Atemnot ausprägen. Kochen zerstört die allergieauslösenden Strukturen nur teilweise, doch meist sind Steinobst, Äpfel und Birnen so besser verträglich. Bei Äpfeln sind alte Sorten wie Gravensteiner oder Elster (in Bio-Qualität) besser geeignet. Beeren, Zitrusfrüchte, Salat, Brokkoli, Blumenkohl, Mais, Spinat, Peka- oder Kokosnüsse sowie Buchweizen haben zudem ein niedriges Allergen-Potenzial.

natürlich-Tipps für den Akutfall

- Nasendusche ein- bis zweimal täglich (spült Pollen weg und befeuchtet die Schleimhaut)
- Kühlpacks oder Kompressen mit Augentrosttee bei geschwollenen Augen
- Einsatz von Einzel- oder Komplexhomöopathika entsprechend des individuellen Beschwerdebilds bei leichten Allergieformen
- Haare waschen vor dem Bett gehen, Tagesklamotten nicht ins Schlafzimmer bringen

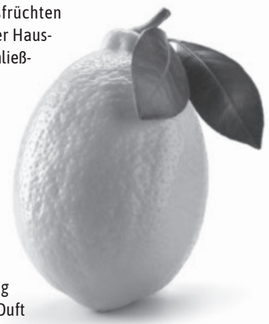
320-V3_sw_Tx_1.000_3

Mikronährstoffe für Männer

Durch Körperbau und Struktur ist der männliche Organismus statistisch betrachtet „anfälliger" für bestimmte Diagnosen (z.B. Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems und Stoffwechsels, psychische Leiden). Gleichzeitig ist das Gesundheitsbewusstsein (Ernährung, Bewegung, allgemeiner Lebensstil) oft geringer ausgeprägt. Die gute Nachricht: Es gibt in jedem Tagesablauf sofort integrierbare und wirkungsvolle Lösungen. Stichwort Nährstoffbedarf: Vor allem bei den **Vitaminen D, C** und **E**, bei **Folat, Calcium, Zink** und **Magnesium** werden die Zufuhrempfehlungen über Nahrungsquellen sehr häufig nicht erreicht. Und steter Tropfen höhlt auch hier den Stein. Für ein vitales Leben bis ins Alter ist der perfekte Start JETZT! **Sofort-Tipp:** Wer sehr aktiv ist oder viel schwitzt, sollte direkt seine **Magnesium**-Versorgung aktivieren. **Zink** ist für den Erhalt des Testosteron-Spiegels und für die Spermienbildung wichtig. Mit zunehmenden Jahren stehen zudem **Q10** und **Selen** weit oben. Und **Omega 3 Fettsäuren**! Lassen Sie sich jetzt bei uns beraten! Tut nicht weh – versprochen! Tut dafür mächtig gut für die Gesundheit!

Ran an den Frühjahrsputz!

Selbstgemachter **Zitrus-Reiniger**



Einkaufszettel: diverse Schalen von Zitrusfrüchten (z.B. Orangen, Zitronen, Mandarinen), weißer Haushaltsessig oder Essig-Essenz & ein großes verschließbares Glas (z.B. Einmach-Glas)

So geht´s: Die Schalen grob zerteilen und bis zum Rand in das Glas schichten. Anschließend mit Haushaltsessig auffüllen. Essig-Essenz vorher 1:4 mit Wasser verdünnen. Die Mischung 2-3 Wochen gut durchziehen lassen (dabei gelegentlich sanft schütteln) und ggf. etwas Essig nachfüllen, so dass die Schalen immer gut bedeckt sind (Schimmelvorsorge!). Nach einigen Wochen verfärbt sich der Essig dunkler und nimmt einen herrlich zitronigen Duft an. Schalen entfernen und fertig ist Ihr selbstgemachter Reiniger! Dieser kann unverdünnt verwendet werden.

natürlich für Ihre Gesundheit!

ST. GALLUS APOTHEKE

St. Gallus Apotheke
Herr Dr. Franz Willer e. K.
Hauptstraße 53
86853 Langerringen
Tel. 0 82 32 - 7 39 70
Fax 0 82 32 - 7 80 86
info@stgallusapotheke.de

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 8.00 - 12.00 Uhr und 14.00 - 18.30 Uhr
Sa. 8.00 - 12.00 Uhr

PARACELSUS APOTHEKE

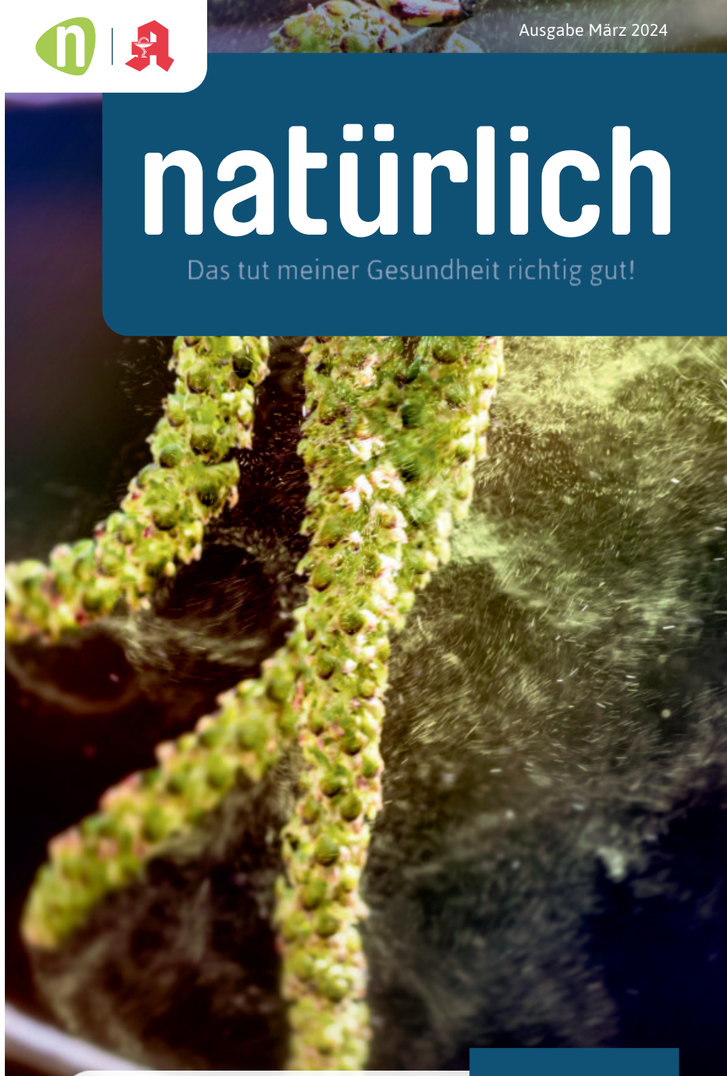
Paracelsus Apotheke
Herr Dr. Franz Willer e. K.
Fuggerstraße 21
86830 Schwabmünchen
Tel. 0 82 32 - 9 97 36 28
Fax 0 82 32 - 9 56 48 05
info@paracelsus-apotheke-schwabmuenchen.de

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 7.45 - 18.45 Uhr
Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

Ausgabe März 2024

natürlich

Das tut meiner Gesundheit richtig gut!



Ein starkes Team für mehr Balance

- mit 400 mg des Wurzelknollen-Extrakts
- enthält 95% Curcuminoide (= sekundäre Pflanzenstoffe)
- schonende Herstellung durch händische Verkapselung
- ergänzt mit schwarzem Pfeffer (Bioperine®)
- lactosefrei | glutenfrei | gelatinefrei | farbstofffrei | vegan | pflanzliche Kapselhülle | ohne Gentechnik

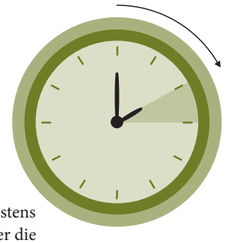
Inhalt: 60 Kapseln I UVP: 27,95 €

Rabatt 23% I Aktionspreis 21,55 €

Unsere Empfehlung!

Paracelsus-Apotheke Schwabmünchen
St. Gallus Apotheke Langerringen

Liebe Leserinnen, liebe Leser,



kennen Sie den genauen Termin, an dem das Osterfest gefeiert wird? Schon im März oder doch erst im April? Beim scharfen Kalenderblick präsentiert es sich Jahr für Jahr neu. **Die Auflösung:** Ostern fällt stets auf den Sonntag nach dem ersten Frühjahrsvollmond. Das ist im gregorianischen Kalender frühestens der 22. März und spätestens der 25. April. **Tipp:** Wer statt dem öden Smartphone lieber die kleinen grauen Zellen trainieren möchte – der Mathematiker Carl Friedrich Gauß entwickelte die ziemlich komplizierte „Gaußsche Osterformel". Nachdem 2024 bereits der Februar 24 Stunden länger aus der Reihe tanzt, ziehen März und April genüsslich nach. Sie teilen sich die Oster-Feiertage nämlich gerecht auf. Haben Sie schon Pläne für den März? Gesundheitseinheiten gehen immer! **Und bitte dran denken: Von Samstag 30.3. auf Sonntag 31.3. wird die Zeit um eine Stunde nach vorne gestellt!**

Damit einen schönen Start in den Frühling!

Ihr *natürlich*-Apotheker
Dr. Franz Willer
Paracelsus-Apotheke, Schwabmünchen
St. Gallus-Apotheke, Langerringen

Medikamente & Nährstoffe | *Medizinwissen*

Schleifendiuretika

Einsatz: Gruppe harntreibender Mittel (z.B. Furosemid, Torasemid), die an der Henle-Schleife (= Teil des harnbildenden Systems der Nieren) wirken und belastende Wasseransammlungen im Körper ausschwemmen (z.B. bei Herzinsuffizienz, Bluthochdruck, Niereninsuffizienz, Ödemen).

Nährstoff-Gefahren: vermehrte Ausscheidung von Nährstoffen, Risiko für Magnesium- und/oder Kaliummangel, Entstehung sekundärer Elektrolytveränderungen

Mögliche Auswirkungen: Herzrhythmusstörungen, Homocysteinämie, Vitamin-B1-Mangel

***natürlich*-Lösung:** gezielte Einnahme von Magnesium, Kalium, Calcium, Vitamin B1 sowie ergänzend Vitamin D, Folsäure und Zink (Dosis und Form nach Rücksprache mit unserem Apothekenteam)

Basisch ausgleichen und **Stoffwechsel ankurbeln**

Unser Stoffwechsel ist ununterbrochen im Aktivmodus. Sogar wenn wir friedlich schlummern und gar nichts davon mitbekommen. Viele Prozesse laufen dabei „enzymgesteuert" und ganz automatisch ab. Die fleißigen Enzyme benötigen für ihre Funktionsfähigkeit das richtige „Terrain". Im Fokus – ein stabiler pH-Wert. Was steckt dahinter? Das Maß für die Konzentration von Säuren und Basen. **Wichtig:** Bereits minimale pH-Wert-Schwankungen können der Enzymfunktion (und damit dem Stoffwechsel) in die Quere kommen. Hingegen stellt ein ausgeglichener und stabiler Säure-Basen-Haushalt sicher, dass der pH-Wert konstant gehalten wird. Die Grundlage für einen funktionierenden Stoffwechsel!

Was bringt den Säure-Basen-Haushalt in Turbulenzen? Allen voran Bewegungsmangel, Ernährungsgewohnheiten und Stress stoßen „sauer" auf. Langfristig droht die chronische Übersäuerung im Bindegewebe, das unseren gesamten Körper durchzieht. **Die Lösung klingt banal: Basische Lebensmittel!** Hat es jedoch im positiven Sinne in sich. Denn unter der ganzheitlichen Lupe ist dieser basische Ausgleich fundamental wichtig! Wir empfehlen eine vorwiegend pflanzliche Ernährung. Obst, Gemüse und Salat wirken einfach phänomenal basisch, während Fleisch, Wurst, Fisch, Käse, Eier und Milch aufgrund des hohen Eiweißgehalts als Säurebildner gelten. **Die gute Nachricht:** Ein kompletter Verzicht ist gar nicht nötig. Vielmehr achten Sie gezielt eine Weile darauf, dass basische Produkte in der Überzahl sind. **Und zum Ankurbeln unterstützen Sie Ihren Organismus zusätzlich mit basischen Mineralstoffen aus unserer Apotheke.** In der richtigen (wirkungsvollen) Zusammensetzung und individuellen Dosis perfekt abgestimmt für Sie und Ihre Gesundheit.

Der Säure-Basen-Haushalt ist eine Säule der Regulationspharmazie®. Besuchen Sie uns in den kommenden Tagen doch mal in der Apotheke! Ein Gespräch mit uns tut Ihrer Gesundheit immer gut!

Bitterstoffe

Gut für die Leber, genial für die Gesundheit

Verdauungshelfer, Entgiftungsassistent, Zellschutz – unser Organismus lechzt förmlich nach der Bitterformel! **Besonders die Verdauung liebt den Bitterstoff-Mix.** Und das Angebot ist vielfältig. Ob leckere Salate (Chicorée, Rucola, Radicchio), knackiges Gemüse (Brokkoli, Rosenkohl, Fenchel, Artischocke, Mangold), würzige Kräuter (Enzian, Löwenzahn, Wermut, Salbei, Thymian, Liebstöckel, Bohnenkraut), aromatische Gewürze oder Früchte – da ist für jeden Gaumen etwas dabei.

Bitterstoffe...

- **... kurbeln die Magensaftproduktion an**
- **... stimulieren die Leber- und Gallefunktion & damit die Fettverdauung**
- **... regen die Bauchspeicheldrüse zur Insulinausschüttung an**
- **... fördern die natürliche Darmbewegung**
- **... und sorgen für einen regulierten Transport der verdauten Speisen**

Über eine regelmäßige „Bitterstoff-Kur" freut sich besonders unsere Leber. Der kleine Stoffwechselgigant ist nämlich pausenlos für uns im Einsatz und bildet z.B. gemeinsam mit dem Lymphsystem die körpereigene Mülldeponie. Beeindruckend: Werden Areale der Leber beschädigt, übernimmt der andere Teil dessen Einsatzbereich – sogar ein Nachwachsen ist mit der Zeit möglich.

Doch auch ihre Regenerationsfähigkeit stößt irgendwann an die Grenzen. Nämlich, wenn die „Deponie" überläuft. Vor allem Lebensstil, Ernährungssünden, Alkohol, dauerhafte Medikamenteneinnahme oder Umweltschadstoffe zwingen sie irgendwann in die Knie. **Höchste Zeit für ein paar Regulationseinheiten.** Die Kombi aus basenreicher Kost und wertvollen Bitterstoffen ist Balsam für unsere Leber.

***natürlich*-Zusatztipp:** Ein Leberwickel zur Verbesserung der Durchblutung und Entgiftungsleistung!

320-V3_sw_Tx_1.000_3

Cetirizin Hexal® Tabletten

Jetzt nur **6,95 €**

Inhalt: 20 Stück | AVP: 9,50 €

Sie sparen 27%

Allergodil® akut Duo

Jetzt nur **15,25 €**

Inhalt: 10 ml + 4 ml | AVP: 19,99 €
Preis l: 1.089,29 €

Sie sparen 24%

Granu Fink® Prosta forte Kapseln

Jetzt nur **34,95 €**

Inhalt: 80 Stück | UVP: 46,36 €

Sie sparen 25%

Salviathymol® N Madaus Tropfen

Jetzt nur **11,25 €**

Inhalt: 50 ml | AVP: 14,98 €
Preis l: 225,00 €

Sie sparen 25%

Gutschein

20% Rabatt

gültig vom 26.-30. März 2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

20% Rabatt

gültig vom 18.-23. März 2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

20% Rabatt

gültig vom 11.-16. März 2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

20% Rabatt

gültig vom 04.-09. März 2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Anzeigen

aminoplus® mann: Manchmal braucht „Mann" Unterstützung!

Nahrungsergänzungsmittel mit Aminosäuren, Vitaminen, Magnesium & Spurenelementen

- **Vitamin B6 trägt zur normalen Funktion des Nervensystems und zur Regulierung der Hormontätigkeit bei**
- **Selen trägt zu einer normalen Spermabildung bei**
- **Zink trägt zum Erhalt normaler Haare bei**
- **Folsäure, Magnesium, Vitamin B6 und Vitamin B12 tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei**
- **Vitamin D und Magnesium tragen zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei**

Mit 2 g L-Arginin

One Essence 75 Elements
Der Schluck den Du brauchst!

- **14 kg Obst und Gemüse in einer Flasche** [b)]
- **mit Vitaminen, Mineralstoffen inklusive Spurenelement-, Kräuter-, Frucht- und Gemüseextrakten aus über 75 verschiedenen Quellen**
- **Polyphenole sorgen für eine herbe Bitternote und runden die komplexe Rezeptur ab**
- **rundum versorgt mit 15 ml täglich**
- **das ist Wirkung, die man schmeckt** [a)]

[a)] Vitamin C, D und Zink unterstützen das Immunsystem. Vitamin E und Zink tragen dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. [b)] 250 ml One Essence 75 Elements enthalten vergleichbar viele Vitalstoffe wie 14 kg ausgewähltes Obst und Gemüse. **Eine gesunde Lebensweise und eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sind wichtig für Ihre Gesundheit.**

Gewinnen Sie Ihre Vitalität[1] zurück!
Ihre Basen-Kur mit Basica Compact®

- **basische Mineralstoffe und wertvolle Spurenelemente**
- **gut verträglich für die tägliche Einnahme**
- **kleine, leicht zu schluckende Tabletten**

Noch mehr Infos finden Sie hier

Basica. Die Basis macht's.

[1] Magnesium und Calcium unterstützen den normalen Energiestoffwechsel.