Coolakut®
Stich & Sun
Pflegegel

Jetzt nur **7,45 €**

Inhalt: 30 ml | UVP: 9,25 €
Preis l: 248,33 €

Sie sparen 19%

Cystinol akut®
Dragees

Jetzt nur **18,50 €**

Inhalt: 60 Stück | AVP: 24,49 €

Sie sparen 24%

Voltaren®
Schmerzgel

Jetzt nur **18,95 €**

Inhalt: 180 g | UVP: 24,53 €
Preis kg: 105,28 €

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 Juni 2023. Preise gültig vom 01.-31. Juli 2023.

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.

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.

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.

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.

So duftet **der Sommer**

Kopfkino-Test: Schließen Sie die Augen und denken für 20 Sekunden an den Geruch von feuchter Erde und frisch gemähtem Gras, an Sonnenmilch auf warmer Haut, an rauchige Grillkohle und an Regen auf heißem Asphalt („*Petrichor*“ genannt). LOS! 20, 19, 18... 0. Genial, oder? In Sekundenschnelle tauchen wir in ein geistiges Sommermärchen.

Übrigens: Bei Wärme ist die Nase besser durchblutet. Dabei werden mehr Duftmoleküle freigesetzt – und gelangen direkt ins limbische System. Dieser Teil des Gehirns (vor ca. 65 Mio. Jahren entstanden) ist für Emotionen verantwortlich und beglückt uns mit schönen Erinnerungen.

Düfte können Außergewöhnliches leisten: Sie schenken Energie, sorgen für Entspannung und machen richtig gute Laune. Ätherische Öle sind Alleskönner. Ob als einzelne Tropfen im Nacken oder auf der Innenseite der Handgelenke, als Badezusatz oder in einem Vernebler zur Raumbeduftung. Aufgepasst! Ihre Lieblings-Öle bitte 100% naturrein und aus zertifiziertem Bio-Anbau! Kommen Sie mal bei uns vorbei – gemeinsam erschnuppern wir Ihre Sommer-Lieblingsmischung.

Raumbeduftung zu Hause oder im Büro: Fruchtig-frische Zitrusnoten wie Limette, Blutorange, Mandarine oder Grapefruit sorgen für mehr Leichtigkeit, Motivation und Konzentration. Basilikum, Rosmarin und Pfefferminze beleben die Stimmung. Zeder, Silbertanne, Fichten- oder Kiefernadel holen erdig-waldige Nuancen ins Zimmer und lassen uns an schwülen Tagen gut durchatmen. **Tipp für den Frischekick:** Pfefferminzöl sanft im Nacken und an den Schläfen einmassieren.

Wohlfühl-Auto: Der ultimative Tipp für lange Fahrten Richtung Urlaubsziel: Grapefruit, Douglasie oder Pfefferminze unterstützen die Konzentration und halten die Aufmerksamkeit hoch. Rosmarin beruhigt angespannte Nerven (z.B. im Stauuuuuuuuuuu) und hält den Kreislauf in Schwung. Ingweröl ist ein guter Begleiter bei Reiseübelkeit. Kombinierte Duftmischungen für gute Stimmung während der Fahrt stehen für Sie in unserem Duftregal „abholbereit“.

Insektenschutz: Im Sommer haben Mücke und Co. Hochsaison. Mit dem richtigen Natur-Duft halten Sie die (für unser Ökosystem wichtigen) Plagegeister auf Abstand. Angeführt wird die Abwehrliste von Zitronella, Eukalyptus, Lemongras, Lavendel, Sandelholz, Anis, Zimt und Nelken. Wenden Sie Ihren Lieblingsduft vorbeugend (tagsüber) an, dann schwirren die ungeliebten Gäste in den Abendstunden im großen Bogen um Schlafzimmer und Co.

Anzeige

Duftendes Wohlgefühl
Mit naturreiner Bio-Pflanzenkraft für die pure Verwöhnung

Glücksgefühle Körperlotion 200 ml
Die erfrischende Körperlotion aus Bio Hanfsamenöl, Bio Cupuacubutter und Beerenwachs spendet intensive Feuchtigkeit und schenkt mit ihrem sonnig-leichten Duft aus Bio Zitrone und Bio Tonka Momente des Glücklichseins.

Glücksgefühle Duschbalsam 200 ml
Der cremige Duschbalsam aus Bio Hanfsamenöl, Bio Orangenblütenwasser und Bio Sonnenblumenöl ist pH-hautneutral, reinigt sanft mit milden Zuckertensiden und schenkt mit seinem sonnig-leichten Duft aus Bio Zitrone und Bio Tonka Momente des Glücklichseins.

Anzeige

femiLoges®: Pflanzenkraft bei Wechseljahresbeschwerden

- **belegte Wirksamkeit** bei wechseljahresbedingten Hitzewallungen, Schlafstörungen und depressiven Verstimmungen[1]
- bei Hitzewallungen **so effektiv wie ein Hormonpräparat**[2] – ohne künstliche Hormone
- **sehr gute Verträglichkeit**[1,3,4] dank der bewährten Arzneipflanze Sibirischer Rhabarber (Rheum rhaponticum)

Nur 1 Tablette täglich!

[1]Heger M et al.: Menopause 2006; 13: 744-759. [2]Heger P: Zeitschrift für Phytotherapie 2010; 31: 299-305; verglichen mit einer Niedrigdosierten Hormonersatztherapie, gezeigt am Symptom Hitzewallungen. [3]Hasper I et al. Menopause 2009; 16(1):117-131. [4]Thiemann E et al. Poster der “Phytomedicine and Biopiracy” ICSS- 2017 July 24-28, Mainz, Germany. // femiLoges®, Wirkstoff: Rhapontikrhabarberwurzel-Trockenextrakt. femiLoges® wird angewendet zur Besserung der durch die Wechseljahre bedingten psychischen und neurovegetativen Beschwerden wie Hitzewallungen/Schweißausbrüche, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen und Ängstlichkeit. Warnhinweise: Enthält Lactose und Saccharose. Gegenanzeigen: Bestehen oder Verdacht auf einen östrogenabhängigen Tumor, da nicht bekannt ist, ob Rhapontikrhabarberwurzel-Trockenextrakt das Wachstum eines östrogenabhängigen Tumors beeinflusst. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** Stand: 12/2022. Dr. Loges + Co. GmbH, Schützenstr. 5, 21423 Winsen (Luhe), www.loges.de

Frischekick
für die Füße

Unbedingt ausprobieren!

An heißen Sommertagen schenken Fußbäder spürbare Frische. Das sorgt für neue Energie und macht müde Beine munter. Für beste Laune sorgt der passende Zusatz.

Zitrus-Mix für die Seele: 2 Tropfen Grapefruit, 1 Tropfen Zitrone und 1 Tropfen Orange mit 3 EL Sahne oder Milch mischen, ins Fußbad geben und umrühren.

Badesalz für geschwollene Füße: 5 Tropfen Wacholderbeere, 4 Tropfen Lavendel, je 3 Tropfen Lemongras und Zypresse und 2 Tropfen Pfefferminze mit 250 g Meersalz vermengen. Davon 1 EL ins Fußbad geben. **Tipp:** Mischung morgens vorbereiten und tagsüber die Füße im Stundentakt eintauchen.

natürlich für einen gesunden Sommer!

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

320-V3_sw_Tx_1000_7

natürlich
DIE REGULATIONSPHARMAZIE

Ausgabe Juli 2023

natürlich

Das tut meiner Gesundheit richtig gut!

Produkt des Monats

Der Müde-Beine-Muntermacher-Mix

Unsere Venen sind im Sommer zu Höchstleistungen gefordert. Sie pumpen bei Sommerhitze täglich 7000 Liter Blut zurück zum Herzen – entgegen der Schwerkraft. Etwa 20% sind hierzulande von einer Venenschwäche betroffen. Gut zu wissen: Die Extrakte von Rosskastanie, Traubenkern und Buchweizen in *regulafit® Venaktiv* unterstützen das sensible System auf natürliche Weise. *natürlich-Tipp:* So oft wie möglich Füße hoch und barfuß laufen.

Rabatt 17% AKTIONSPREIS 24,95 €

Inhalt: 60 Kapseln I UVP: 29,95 €

Paracelsus-Apotheke Schwabmünchen
St. Gallus Apotheke Langerringen

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der Juli steht für Freilichtkino & Schwimmbad, für Leichtigkeit & Genuss, für Urlaub & Entspannung: **Sommerfreude pur im siebten Monat des Jahres**. Da schwärmen wir direkt mit! Unsere Ideen für Ihr perfektes Sommer-Sonne-Feeling:

1. eine Radtour ins Grüne, Picknickkorb mitnehmen und bunte Leckereien schlemmen
2. auf dem Markt frisches Obst besorgen und daraus eine fruchtige Bowle, leckeren Sirup oder köstliche Marmelade zaubern
3. an den See fahren, ein Ruderboot mieten und Sonnenstrahlen Ihre Haut kitzeln lassen (vorher mit uns besprechen, wie lange Ihre Haut ohne Sonnenschutz Vitamin D tanken kann)
4. Sommerlektüre schnappen, ins Straßencafé setzen und genüsslich ein Eis schlecken
5. die besten Freunde anrufen und zum gemütlichen Grillabend zusammenrufen

Aaaaaach, schöööööne Gedanken… schnuppern Sie dabei den würzig-rauchigen Grillgeruch?! Perfekt, denn Düfte zaubern Erinnerungen in unser Gedächtnis. Mehr dazu in dieser *natürlich*-Ausgabe. Lesen Sie außerdem, was der Bauch mit dem Gehirn zu tun hat, wie Sie Wunden im Akutfall versorgen und was für Diabetiker im Sommer besonders wichtig ist.

Herzliche Sommergrüsse

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

Anzeige

Manchmal braucht „Mann" Unterstützung: aminoplus® mann

Nahrungsergänzungsmittel mit Aminosäuren, Vitaminen, Magnesium & Spurenelementen

Mit 2 g L-Arginin

- Vitamin B_6 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 B_6 und Vitamin B_{12} tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- Vitamin D und Magnesium tragen zum Erhalt einer normalen Muskelfunktion bei

Anzeige

Endlich schneller einschlafen: SymbioLact® Pro Schlaf

Zur Verkürzung der Einschlafzeit, mit ausgewählten Milchsäurebakterien und Melatonin

Melatonin spielt eine besondere Rolle bei der Regulation unseres Schlaf-Wach-Rhythmus. Im Alter oder bei Stress lässt die Produktion von Melatonin nach. Ein Melatonin Mangel kann für Ein- und Durchschlafstörungen verantwortlich sein. Folge: Wir sind tagsüber müde und wenig leistungsfähig.

SymbioLact® Pro Schlaf: Die clevere Kombination aus Lactobacillus plantarum DR7, Melatonin sowie Vitamin B_6 um die normale Funktion der Psyche und des Nervensystems zu unterstützen.

SymbioLact® Pro Schlaf 1-mal täglich kurz vor dem Schlafengehen mit einem Glas Wasser einnehmen. Nahrungsergänzungsmittel: gluten- und lactosefrei, gut verträglich und langfristig anwendbar

320-V3_sw_Tx_1.000_7

Diabetes im *Sommer*

„Wenn einer eine Reise tut…" – insbesondere mit der Diagnose „Diabetes" – ist die richtige Vorbereitung das A und O! Die detaillierte Planung für die Reiseapotheke lebenswichtig. Holen Sie uns dafür gerne mit „ins Boot", auch wenn es keine Schiffsreise wird. Insulin, Medikamente und Teststreifen gehören ganz oben ins Gepäck – und zwar x 2! Verteilen Sie die Mittel bei Flugreisen außerdem auf zwei Täschchen. Weltweit kommen 4,35 Gepäckstücke pro 1000 Passagiere nicht richtig an. Notieren Sie daher Namen und Hersteller, um im Fall der Fälle am Urlaubsort rasch Ersatz zu bekommen. Ein Set für die Anreise (und die ersten Tage) bitte direkt ins Handgepäck. An Traubenzucker denken!

natürlich-Sommertipps bei Diabetes

Insulin: Im Sommer und bei heißem Wetter muss der Blutzuckerwert enger kontrolliert werden. Veränderungen im Tagesablauf, beim Essen oder im Bewegungsverhalten beeinflussen den Energieverbrauch. Hitze kurbelt die Durchblutung an – Insulin kann dadurch schneller wirken. Angebrochene Ampullen oder Pens müssen nicht gekühlt werden, sollten jedoch nicht über 25 Grad gelagert werden. Für die Anreise ist eine kleine Kühlbox für Ersatzpens optimal (Lagerung bei 2 – 8 °C).

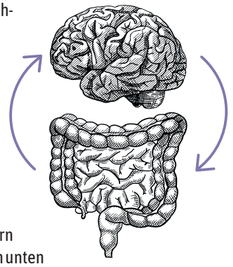
Achtung!
Pens nicht direkt auf den Kühlakku legen, sondern vorher in ein (Hand-) Tuch wickeln. Gefrorenes Insulin wirkt nicht mehr.

Wunden: Diabetiker sollten auch im Sommer Schuhe und Socken tragen. Das verhindert Verbrennungen (z.B. am Strand auf heißem Sand) und Verletzungen (aufgrund der schlechteren Wundheilung mit unangenehmen Folgen). Auch kleine Mückenstiche können sich schnell entzünden. Antimückenspray, ein spezieller Hitzestift bei Juckreiz, Desinfektionsmittel, sterile Kompressen und Verbandmaterial sollten deshalb im Urlaub immer griffbereit sein.

Sonnenschutz: Diabetiker leiden vermehrt unter trockener Haut und sind besonders gefährdet für Sonnenbrand. Medikamente wie Diuretika oder Schmerzmittel verstärken zudem die Lichtempfindlichkeit. Ein hoher Sonnenschutz – fetthaltig und mit Lichtschutzfaktor 50+ – ist die Lösung.

natürlich-Wissen

Gesundheits-Duett Darm-Hirn



Manche Entscheidungen treffen wir nach dem „Bauchgefühl", tiefe Freude zaubert „Schmetterlinge in den Bauch". Wissen Sie, warum das so ist? **Kurz gesagt hat unser Bauch „ganz schön Köpfchen"!** Das sogenannte Bauch-Hirn (= enterisches Nervensystem) ist ein komplexes Nervengeflecht. Es erstreckt sich von der Speiseröhre bis zum Darmausgang und besteht Schätzungen zufolge aus 100 bis 200 Millionen Neuronen. Entscheidungen rund um die Verdauung übernimmt es in Eigenregie und steht gleichzeitig über die Darm-Hirn-Achse mit dem Gehirn in Interaktion. 90 % des Informationsflusses geht von unten nach oben – über spezielle Nervenbahnen (Vagus-Nerv), Stoffwechselprodukte und Botenstoffe. Unsere Darmflora hat über die mikrobielle Zusammensetzung direkten Einfluss auf das Essverhalten – und das Seelenleben! Die wissenschaftliche Forschung dazu steckt noch in den Kinderschuhen. Erste Studienergebnisse bestätigen, dass bei Gefühlen, Entscheidungen und Gesundheit unser Darm maßgeblich beteiligt ist.

SOS-Tipps bei Wunden

Kurz nicht aufgepasst und schon ist es passiert – beim Spielen gestürzt oder in der Küche geschnitten. Dann ist zur optimalen Wundversorgung Akuthilfe gefragt. Erste Hilfe reduziert den Schmerz und minimiert gleichzeitig das Infektionsrisiko. Die Wundheilung besteht aus drei Phasen: 1. Gerinnungsphase. 2. Reparaturphase. 3. Wiederaufbauphase. Dauer und Ausmaß der Heilung variieren nach Schwere der Verletzung von wenigen Tagen bis mehrere Monate.

Blutende Wunden zunächst für kurze Zeit „ausbluten" lassen, das schwemmt Bakterien oder Fremdkörper hinaus. Bei Verunreinigen gründlich mit klarem Wasser reinigen und anschließend mit einer antiseptischen Wundcreme oder einem speziellen Wunddesinfektionsmittel behandeln. Pflaster und ein steriler Verband schützen im nächsten Schritt vor Keimen. Die feuchte Wundheilung (mit atmungsaktiven Salben oder Pflastern) verringert das Risiko für Narbenbildung. Um die Heilung zu beschleunigen, können natürliche Wirkstoffe/Hausmittel eingesetzt werden. Dexpanthenol unterstützt die Regeneration von Hautzellen und verbessert gleichzeitig das Wundmilieu. Zinksalbe, Kokosöl, Aloe Vera, Vaseline oder Honig machen die Haut geschmeidig und lindern mögliche Spannungsgefühle. Auch Lavendel- oder Teebaumöl können sanft auf bereits verschlossene Wunden einmassiert werden. Kamillentee-Beutel haben sich bei Reizungen bewährt. Bei Verbrennungen besser auf fetthaltige Salben verzichten. Kühlende feuchtigkeitsspende Sprays oder Gels sind hier die bessere Alternative.

natürlich empfiehlt: **Achten Sie auf Ihre Vitamin- und Mineralstoffversorgung! Zum Zellaufbau werden vor allem die Vitamine A, C und E sowie Eisen, Zink, Selen und Kupfer benötigt.**

Superpep® Reisekaugummi

Inhalt: 20 Stück | AVP: 20,80 €

Jetzt nur **15,50 €**

Sie sparen 25%

Ladival® allergische Haut LSF 30

Inhalt: 150 ml | UVP: 23,48 €
Preis l: 116,67 €

Jetzt nur **17,50 €**

Sie sparen 25%

Imodium® akut lingual

Inhalt: 12 Stück | AVP: 13,47 €

Jetzt nur **9,95 €**

Sie sparen 26%

Allpresan® Fuß spezial Nr. 3

Inhalt: 125 ml | UVP: 12,45 €
Preis l: 87,84 €

Jetzt nur **10,98 €**

Sie sparen 12%

Gutschein
20% Rabatt
gültig vom 23.-28. Juli 2023
Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein
20% Rabatt
gültig vom 17.-21. Juli 2023
Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein
20% Rabatt
gültig vom 10.-15. Juli 2023
Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein
20% Rabatt
gültig vom 03.-08. Juli 2023
Rabatt-Informationen: siehe Rückseite