



natürlich

Das tut meiner Gesundheit richtig gut!



Aktivität. Mobilität. Freiheit.

- knochenstarke Mikronährstoff-Kombination für jedes Alter
- mit Glucosamin, Chondroitin & Hyaluronsäure
- Mangan, Zink, Vitamin C und Selen unterstützen den Zellschutz
- MSM, Weihrauch, Vit D runden die Formel ab
- lactosefrei | glutenfrei | gelatinefrei | farbstofffrei | vegan | pflanzliche Kapselhülle | ohne Gentechnik

Inhalt: 120 Kapseln | UVP: 49,95 €

Rabatt 16% | Aktionspreis 41,95 €

Unsere Empfehlung!



Paracelsus-Apotheke Schwabmünchen
St. Gallus Apotheke Langerringen

Wechseljahre: Eine Reise zu natürlicher Balance

Das weibliche „Trio infernale“ ab Mitte 40: Hitzewallungen, Stimmungsschwankungen, Schlafstörungen – viele Frauen leiden jahrelang unter dem unkalkulierbaren Einfluss der Hormone. Der sinkende Östrogenspiegel während der Wechseljahre (Klimakterium) wirkt sich nicht nur auf die Reifung der Eizellen aus, sondern auch auf Knochenstoffwechsel, Immunsystem und Vitalität. Die gute Nachricht – pflanzliche oder homöopathische Arzneien bringen die innere Balance zurück. Baldrian, Hopfen, Melisse oder Lavendel besänftigen z.B. die Nerven. Mönchspfeffer kann bei unregelmäßigem Zyklus helfen. Frauenmantel, Rotklee und Traubensilberkerze enthalten sogenannte Phytoöstrogene (ähnlich dem weiblichen Östrogen). Homöopathische Einzel- oder Komplexmittel werden entsprechend des individuellen Beschwerdebildes repertorisiert. Eine basenbetonte Ernährung mit viel Gemüse, Obst und Vollkorn wirkt regulierend auf den Stoffwechsel.



Idealer Snack für die Brotbox!

Vitalität naschen Energy-Balls

Zutaten (ca. 15 Stück): 100 g gemahlene Mandeln, 200 g Möhren, 80 g Datteln (entsteint), 120 g Haferflocken, Kokosraspel

So gelingt's: Möhren schälen und fein raspeln. Mandeln und Datteln in einen Mixer geben und zu einer Masse vermischen. Haferflocken und Möhrenraspel unterheben. Dann alles für ca. 15 min im Kühlschrank ruhen lassen. Aus der Masse ca. 15 Kugeln formen und in den Kokosraspeln wälzen. **Guten Appetit!**



natürlich für Ihre Gesundheit!



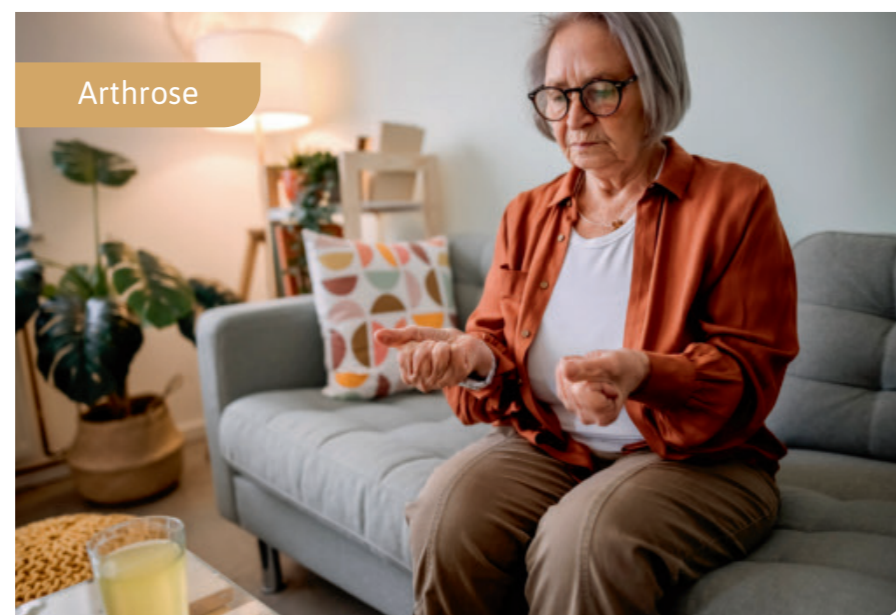
St. Gallus Apotheke
Herr Dr. Franz Willer e. K.
Hauptstraße 53
86853 Langerringen
Tel. 0 82 32 - 7 39 70
Fax 0 82 32 - 7 80 86
info@stgallusapotheke.de

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



Paracelsus Apotheke
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



Wege zu mehr Lebensqualität

Der Mensch verfügt über ca. 140 „echte Gelenke“, die unsere Knochen verbinden und für Beweglichkeit & Elastizität sorgen. Knorpelgewebe und Gelenkkapsel dienen als Stoßdämpfer, reduzieren den Druck und koordinieren die wichtige Nährstoffversorgung. Mit jedem Lebensjahr steigt der Abnutzungseffekt, was normal ist. Bei Verschleiß über das gewöhnliche Maß hinaus diagnostiziert der Facharzt die allseits bekannte Arthrose. In Deutschland gibt es etwa 5 Millionen Betroffene. Zu den bekanntesten Schmerz-Zonen zählen die Knie- oder Hüfte bzw. die Hände.

Neben der genetischen Veranlagung führen Bewegungsmangel bzw. Übergewicht das Ursachenfeld mit weitem Abstand an. Auch Schädigungen durch Sportverletzungen, Stoffwechselerkrankungen oder eine allgemeine Fehllhaltung können den Ausbruch anstoßen. Bei der schulmedizinischen Behandlung stehen Schmerzmittel bzw. eine Operation in der Leitlinie. Dank der Regulationsmedizin beziehen wir in unserer Apotheke deutlich mehr Faktoren (aus guten Gründen!) in die Beratung mit ein.

Entzündungsvorgänge und Schmerzen werden z.B. durch ein übersäuertes Bindegewebe getriggert, ausgelöst durch falsche Ernährungsgewohnheiten und Dauerstress. **Daher unser Tipp: Achten Sie auf einen „basischen Speiseplan“ mit viel Gemüse und Obst sowie ausgleichenden Omega-3-Fettsäuren.** Durch eine gezielte Säure-Basen-Kur mit speziellen Mineralsalzen regulieren Sie den Stoffwechsel zurück ins Gleichgewicht. Fleisch und Arthrose ist wie Feuer und Sauerstoff. Die enthaltene Arachidonsäure treibt den Körper nämlich zur Bildung entzündungsfördernder Botenstoffe an. Das A und O bei Arthrose sind Schritte, Schritte und nochmals Schritte. Das stimuliert die Selbstheilungskräfte des Körpers, beugt Knochenschwund vor und stärkt den Muskelapparat. Zusätzlich regt Bewegung die Nährstoffversorgung der Gelenke an und reduziert Schwellungen.

Im Akutfall oder auch Therapie-unterstützend empfehlen wir die kurmäßige Einnahme von Enzymen. Diese zerlegen körpereigene Eiweiße (= Entzündungsabfall) in kleine Teile und beschleunigen so die Heilung. Im Bereich der Phytotherapie empfiehlt unser natürlich-Team Produkte mit Teufelskralle, Weidenrinde, Weihrauch oder Gelbwurz.

Wichtige Mikronährstoffe

Bestimmte Stoffe sind essentiell für Knochen, Gelenke und Co. Dazu zählen **Vitamin D** (u.a. Knochenaufbau, Gehirn, Immunsystem), **Kieselsäure** (Bildung & Erneuerung von Bindegewebsfasern) sowie **Zink** (antientzündlich, Regeneration & Synthese von Kollagen plus Elastin). **MSM** verbessert die Bildung wasserspeichernder Bindegewebeiseiweiße (Proteoglykane). Die Aminosäure **Lysin** unterstützt den Aufbau von Bindegewebsstrukturen. **Glucosamin** ist ein wichtiger Baustein des Knorpelgewebes, **Chondroitin** macht ihn widerstandsfähiger. Natürliche **Omega-3-Fettsäuren**, **Selen**, **Carotinoide** sowie Antioxidantien wie **die Vitamine E und C** sind hilfreich bei chronischen Entzündungen.

320-V3_sw_Tx_1.000_9

Vertigoheel®
Tabletten

Inhalt: 250 Stück | AVP: 42,47 €

Jetzt nur **31,95 €**

Sie sparen 25%

Olivenöl
Intensiv-creme

Inhalt: 50 ml | UVP: 17,79 €
Preis l: 279,00 €

Jetzt nur **13,95 €**

Sie sparen 22%

CB12®
Mund-spülung

Inhalt: 250 ml | UVP: 9,95 €
Preis l: 33,00 €

Jetzt nur **8,25 €**

Sie sparen 17%

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 August 2024. Preise gültig vom 01.-30. September 2024.

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.

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der 25. September steht ganz im Zeichen der Zahngesundheit. Unter „Gesundheit beginnt im Mund – von Anfang an“ ist 2024 die Phase der Schwangerschaft im Fokus. Eine aufregend-emotionale Zeit mit zahlreichen körperlichen Veränderungen (auch im „Ökosystem Mund“), durch die wir werdende Mamas von Anfang an natürlich begleiten: z.B. mit Tipps zu einer Mama-Baby-optimierten Ernährung und wertvollen Nährstoffen.

Das Thema Ernährung ist und bleibt ein Leben lang wichtig, auch besonders während der Schulzeit. Lesen Sie in dieser Ausgabe, wie Sie Ihre Kids mit einer gesunden UND leckeren Brotbox verwöhnen. Frei von zuckerhaltigen Kalorienmonstern, so viel sei vorab verraten 😊. So dass „Karies und Baktus“ keinen Knabberspaß haben. Damit zurück zur Zahngesundheit. Wussten Sie z.B., dass Enzyme wertvolle Helfer bei Entzündungen im Mundraum sind? Und auch Arthrose-Patienten von den positiven Eigenschaften profitieren? All das und noch viel mehr erfahren Sie in dieser natürlich-Ausgabe – und weitere Details beim nächsten Besuch in unserer Apotheke.

Herzliche Grüße



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

Dr. Franz Willer

Medikamente & Nährstoffe

Medizinwissen

Antiepileptika

Einsatz: Behandlung & Prävention epileptischer Anfälle | Dämpfen elektrischer Signale der Nervenzellen | Verstärken dämpfender Botenstoffe (z.B. GABA) | weitere Einsatzbereiche: neuralgische Schmerzen, kurzfristig nach postoperativen Schmerzen, im Einzelnen Migräneprophylaxe

Mögliche Nebenwirkungen: Müdigkeit, Schwindel, Kopfschmerzen | Osteoporose | Verdauungsstörungen | Herz- und Hautprobleme | Störungen des Knochen- und Mineralstoffwechsels und damit erhöhtes Risiko eines Nährstoff-Mangels (besonders Vit D) | oft Wechselwirkungen zu anderen Mitteln (Interaktions-Check bei uns!)

natürlich-Unterstützung: Ergänzung durch entsprechende Vitamine & Mineralstoffe nach individueller Beratung | Einnahme von Vitamin D und abgestimmten Mikronährstoffen (u.a. Calcium, B-Vitamine, L-Carnitin bei Valproinsäure-Therapie...)

Anzeigen

Herz im Takt – dank Tromcardin® complex

Tromcardin® complex hält das Herz im Takt, unterstützt die Herzgesundheit und die Behandlung von Herzerkrankungen, insbesondere Herzrhythmusstörungen, durch die Zufuhr herzwicktiger Nährstoffe. Die bewährte Mikronährstoff-Kombination aus den Elektrolyten Kalium & Magnesium und den herzaktiven Mikronährstoffen Folsäure, Vitamin B12, Niacin und Coenzym Q10 im ernährungsmedizinischen Verhältnis, sorgt dafür, dass das Herz im Takt bleibt.



Einfache Dosierung:
2 x 2 Tabletten täglich

Tromcardin® complex ist als bilanzierte Diät unter ärztlicher Aufsicht zu verwenden und nicht zur Verwendung als einzige Nahrungsquelle geeignet. Bei eingeschränkter Nierenfunktion oder unter Einnahme von Arzneimitteln, die die Kalium-Ausscheidung vermindern, sollte Rücksprache mit dem Arzt oder der Ärztin erfolgen. Zur Dauereinnahme geeignet. Glutenfrei, laktosefrei, vegan und frei von Konservierungsstoffen. Tromcardin® complex ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).



Enzyme

Kleine Helfer, natürliche Wirkung!

Ob als Verdauungs-Helfer, zur Zell- und Geweberegeneration, Schlackenausleitung oder Immunregulation – Enzyme sind die stillen Helden unseres Organismus. Die komplexen Eiweißverbindungen steuern als „Bio-Katalysatoren“ zahlreiche Vorgänge – und lassen sich in sechs Hauptgruppen gliedern. Verdauungsenzyme (Amylasen, Lipasen, Proteasen) werden z.B. von Speicheldrüsen, Magen und Dünndarm abgesondert und helfen bei der Aufspaltung von Nahrung. Stoffwechsellzyme dienen hingegen der Erhaltung von Organfunktionen (z.B. Creatin-Kinase, GOT, Gamma-GT).

Naturvölker nutzten die aktivierenden Eigenschaften von Enzymen bereits vor tausenden von Jahren. Enzymhaltige Früchte (z.B. Ananas, Papaya) wurden als Wundmittel, Verdauungshilfe oder bei Entzündungen eingesetzt. Auch in der modernen Regulationspharmazie® haben Enzyme – von der Natur inspiriert – ein breites Anwendungsspektrum. Allen voran bei Sportverletzungen, wiederkehrenden Infekten & Atemwegserkrankungen sowie Venenleiden und Muskel- oder Gelenkentzündungen. **Zur bestmöglichen Wirkung muss bei der Enzym-Kur auf Qualität und Einnahme geachtet werden.** Mehr dazu im persönlichen Gespräch (auch, wann man Enzyme nicht einnehmen darf).

Enzyme als Zahnhelfer: Auuuuutsch... stehend dumpf schießt der Schmerz ein, gerne auch mal bis in den Kiefer oder zu den Ohren! Entzündungsprozesse im Mund und an den Zähnen sind quälend. Ursache ist meist zahnschädigende Karies, das umliegende Gewebe schwillt an, drückt und löst den Schmerzreiz aus. Bei einer starken Entzündung, Zahnextraktion oder Wurzelbehandlung können hochdosierte pflanzliche Enzyme die Regulation ankurbeln. Sie reduzieren dabei die Flüssigkeitsansammlung im verletzten Gewebe.

320V3_sw_Tx_1.000_9

Salus Kindervital®: Wachstum & Abwehrkräfte^{a)}

Groß und stark werden wollen die meisten Kinder! Eine wichtige Rolle hierfür spielt die Ernährung, denn für das Immunsystem und ein gesundes Wachstum benötigt der Körper eine ausgewogene Zufuhr an Vitaminen und Mineralstoffen. Kindervital ist die ideale Lösung um mit Vitamin D das Immunsystem zu unterstützen und mit 8 weiteren Vitaminen für eine ausgewogene Vitaminzufuhr zu sorgen. Calcium und Vitamin D₃ sind außerdem für das Wachstum und die Entwicklung der Knochen wichtig. Kindervital ist der Vitamin- und Calcium-Kick und wurde speziell für Kinder entwickelt: mit Kräutern und Früchten, ohne künstliche Zusatzstoffe.



^{a)} Calcium und Vitamin D₃ werden für ein gesundes Wachstum und eine gesunde Entwicklung der Knochen bei Kindern benötigt. Vitamin D₃ wird für die normale Funktion des Immunsystems benötigt. Eine gesunde Lebensweise und eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sind wichtig für Ihre Gesundheit.

Snacken mit Nährwert: Gesundes für die Pause

Lernen raubt Energie. Ein ausgewogenes Frühstück und ein nährstoffreicher Pausensnack sind daher essentiell, um unsere Kleinen und Großen ausreichend mit Energie zu versorgen. Damit Gehirn und Muskeln stundenlang funktionieren. Eine kreative Brotbox sorgt für Abwechslung und lädt zum gesunden Snacken ein.

Unsere natürlich-Tipps:

- **Kunterbunt:** Das Auge isst mit. Kombinieren Sie grünen Salat mit gelber Paprika, rote Tomaten mit orangenen Karotten und blaue Pflaumen mit pinken Himbeeren. Dazu Vollkornbrot, Nüsse, Käse oder Quark.
- **Häppchenweise:** Bei Fingerfood greift man gerne öfter zu. Schneiden Sie Obst und Gemüse in handliche Würfel, Kugeln, Sterne oder Sticks. Damit die leckeren Früchtchen nicht braun werden, mit einem Spritzer Zitronensaft beträufeln. Und wie wäre es mit Vollkorn-Brotspießen oder Müsli-Muffins?!
- **Erlebnisreich:** Kresse, Basilikum, Schnittlauch oder Petersilie? Frische Kräuter geben Quark und Co. die gesunde Würze. Ein Kräutergarten in Küche oder Kinderzimmer macht das Wachsen und Ernten zum Erlebnis, von dem die Kids mit Stolz berichten können.
- **Trendy:** Sind wir ehrlich – die Brotdose mit Lieblingsmotiv holt man lieber hervor als die verkratzte Blechdose. Besonders praktisch sind Trennfächer zum individuell Verschieben.

Extratipp: Ausreichend Trinken ist die Basis für Konzentration und Leistung, wird jedoch in der Schule oft vernachlässigt. Packen Sie ausreichend Durstlöcher ein; besonders geeignet sind Wasser, Früchte- und Kräutertee sowie Schorlen.



Aktuell

Mais ist knackig, schmeckt lecker (Nudelgerichte, Salate, ...) und ist für Kinder ein wichtiger Nährstofflieferant. **ACHTUNG!** Greifen Sie im Supermarktregal IMMER auf Maiskolben oder Produkte im Glas zurück. Aktuelle Untersuchungen von Dosenmais zeigen nämlich stark erhöhte Werte von Bisphenol A (BPA), einer Chemikalie, die das menschliche Hormonsystem beeinflusst, Entwicklungsstörungen verursachen kann und das Immunsystem schwächt. **Für Kinder ist die giftige Dosis aus der Dose besonders gefährlich.**



Voltaren® Schmerzgel

Inhalt: 180 g | AVP: 24,53 €
Preis kg: 102,78 €

Jetzt nur
18,50 €

Sie sparen 25%



Remifemin® plus Johanniskraut

Inhalt: 100 Stück | AVP: 38,20 €

Jetzt nur
28,95 €

Sie sparen 24%



GeloRevoice® Halstabletten

Inhalt: 20 Stück | AVP: 10,40 €

Jetzt nur
7,75 €

Sie sparen 25%



Thomapyrin® intensiv Tabletten

Inhalt: 20 Stück | AVP: 8,89 €

Jetzt nur
6,50 €

Sie sparen 27%

Gutschein

20% Rabatt
gültig vom
23.09. - 28.09.2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

20% Rabatt
gültig vom
16.09. - 21.09.2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

20% Rabatt
gültig vom
09.09. - 14.09.2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

20% Rabatt
gültig vom
02.09. - 07.09.2024

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

femiLoges®: Pflanzliches Präparat zur Linderung von Wechseljahresbeschwerden

- Wirkstoff: Rhapontikharbarberwurzel-Trockenextrakt¹
- zur Besserung der durch die Wechseljahre bedingten psychischen und neurovegetativen Beschwerden wie Hitzewallungen/Schweißausbrüche, Schlafstörungen, depressive Verstimmungen und Ängstlichkeit^{1,2}
- bei Hitzewallungen so effektiv wie eine niedrigdosierte Hormonersatztherapie³



Ohne künstliche Hormone¹

Warnhinweise: Enthält Lactose und Saccharose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand: 11/2023. ¹Fachinformation femiLoges®, aktueller Stand. ²Heger Metal.: Menopause 2006; 13 (5): 744-759. ³Heger P.: Zeitschrift für Phytotherapie 2010, 31: 299-305