



GESUNDHEITS MAGAZIN

Ausgabe Februar 2021

Umfassende Informationen Ihrer:



Bahnhof-Apotheke
Schwabach

St. Antonius-Apotheke
Rednitzhembach

Apotheke An der Radrunde
Nürnberg

Christophorus-Apotheke
Wolkersdorf



Ihr Apotheker
Rupert Mayer

Liebe Kundinnen und Kunden,

wie schön – merken Sie es auch? Endlich werden die Tage wieder fühlbar länger. Die ersten Schneeglöckchen und bunten Krokusse wagen sich heraus. Genießen Sie das Frühlingserwachen mit langen Spaziergängen in der Sonne. Die Frühblüher unter den Bäumen und Sträuchern treiben jetzt ihre Blüten aus und verkürzen unseren Winter. Leider erfreuen sie aber nicht jeden von uns, denn gerade die Pollen von Haselnuss und Erle können Allergikern schon jetzt im Februar zu schaffen machen. Wappnen Sie sich am besten rechtzeitig mit antiallergischen Medikamenten.

Wir beraten Sie gerne dazu, welche Ihnen ganz persönlich helfen. Blitzschnell geht auch eine Bestellung über eine Bestell-App, etwa „callmyApo“. Dort geben Sie einfach den Namen Ihres Medikamentes ein oder fotografieren es ab. Wer es nicht zur Abholung in die Apotheke schafft oder Pandemie-bedingt lieber daheim bleibt, kann auch unseren Lieferservice nutzen.

Und noch einen Tipp haben wir für Sie: Greifen Sie einfach, wenn Sie draußen im Garten oder spazieren sind, zu Masken. Probieren Sie aus, ob Alltags- oder FFP2-Masken Ihnen in dieser Zeit helfen, lästige Heuschnupfen-Symptome zu vermeiden.

Wie auch immer wir Ihnen helfen können: Wir in Ihrer Apotheke beraten Sie wie gewohnt freundlich, kompetent und immer individuell.

Bleiben Sie gesund!

*Ihr Rupert Mayer
und das gesamte Team*

Inhalt

1 *Titelthema*

**SO UNTERSTÜTZEN
WIR UNSERE
NIEREN**

Artikel

2 **BRONCHITIS-
BESCHWERDEN
GLEICH ZU BEGINN
LINDERN**

3 *Serie*

**KURAPUR
BASEN TABS**

4 *Tipp des Monats*

**HEISERKEIT
EINFACH
WEGLUTSCHEN**

5 *Unterhaltung*

**SUMM, SUMM,
SUMMEN**

Titelthema

So unterstützen wir unsere Nieren

Chronische Nierenschwäche verlangsamen

Unsere beiden Nieren verrichten täglich ihren lebenswichtigen Dienst in unserem Körper: Sie reinigen unser Blut, scheiden Giftstoffe und Stoffwechselprodukte aus, kümmern sich um den Wasser- und Salzhaushalt und regeln Blutdruck und Blutbildung. Sie produzieren auch bestimmte Hormone. Die Nieren befinden sich links und rechts der Wirbelsäule auf Höhe der unteren Rippen. Jede Niere besteht aus Millionen von sogenannten Nephronen.

Dies sind Untereinheiten der Niere, die jeweils aus Nierenkörperchen und Nierenkanälchen bestehen. Über die Nieren wird der Harn produziert, Schadstoffe werden aus dem Blut entfernt und ausgeschieden und das so gefilterte Wasser samt Elektrolyten wird wieder dem Blutkreislauf zugeführt. Daher ist es wichtig, dass wir unsere Nieren bei ihrer Arbeit unterstützen.

Fortsetzung auf Seite 2



SIE SPAREN
35%

Angebot des Monats

IBU-ratiopharm® 400mg akut
Tabletten – 20 Stück

3,98€ statt 6,15€ LVP^{1,3}

Mehr Angebote finden Sie auf
unserem Aktions-Blatt

Bei Schmerzen und Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben!



BASEN TABS

Kurapur Basen Tabs sind eine Kombination basischer Mineralsalze und Spurenelemente in Form leicht schluckbarer Tabletten. Diese unterstützen Ihr Wohlbefinden, wenn Sie aufgrund eines gestörten Säure-Basen-Haushaltes an ständiger Müdigkeit, verminderter Leistungsfähigkeit und Widerstandskraft leiden. Der Säure-Basen-Haushalt ist das zentrale Reaktionsmilieu unseres Stoffwechsels. Für unseren Organismus ist es von überragender Bedeutung, dass der Säure- bzw. Basen-Gehalt unserer Körperflüssigkeiten konstant gehalten wird: Denn von diesem hängt die Funktion aller wichtigen Stoffwechsellvorgänge ab. Wir bezeichnen dies als das Säure-Basen-Gleichgewicht.

Ein Ungleichgewicht äußert sich beispielsweise in Müdigkeit, Erschöpfung sowie Muskel- und Gelenkschmerzen. Das liegt daran, dass überschüssige Säure im Bindegewebe eingelagert werden kann und dieses dann belastet. Doch nicht nur das: Die Einlagerung von Säure zieht auch eine veränderte Einlagerung von Wasser im Gewebe nach sich. Eine Ergänzung der Nahrung mit basischen Mineralsalzen ist dann nötig. Auch beim Abbau von Fett während Diät- und Fastenkuren entsteht vermehrt Säure, die den Stoffwechsel belasten kann. Damit der Gewichtsverlust nicht auch mit einem Verlust der Säure-Basen-Balance einhergeht, ist auch hier die Ergänzung mit naturafit Basen Tabs sinnvoll.

lactosefrei, glutenfrei, gelatinefrei, farbstofffrei, vegan, pflanzliche Kapselhülle, ohne Gentechnik, ohne industrielle Hilfsstoffe

FÜR EINEN GESUNDEN

SÄURE-BASEN-HAUSHALT

Artikel

Bronchitis-Beschwerden gleich zu Beginn lindern

Auch alternative Heilmittel können helfen

Wie schnell hat man sich in den Wintermonaten eine Bronchitis eingefangen, doch zu Beginn sind die Symptome meist unspezifisch. Auf Grund der Corona-Pandemie und der damit veränderten Situation in den Arztpraxen lassen Sie sich am besten zuerst telefonisch beraten: Rufen Sie den ärztlichen Bereitschaftsdienst unter der Telefonnummer 116117, eine lokale Corona-Hotline, die Hausarztpraxis, eine andere behandelnde Ärztin bzw. einen Arzt oder eine Fieberambulanz an. Häufig beginnt Bronchitis mit Symptomen wie allgemeinem Krankheitsgefühl, Heiserkeit und trockenem Husten. Da Bronchitis meistens durch Viren verursacht wird, helfen Antibiotika hier nicht. Kommt es zusätzlich auf der gereizten Schleimhaut der Bronchien auch zu einer Besiedelung mit Bakterien, kann der Arzt Antibiotika verschreiben. Am Beginn einer viralen Bronchitis mit leichten Erstbeschwerden bieten alternative Heilmittel Behandlungsmöglichkeiten, die die Symptome oft lindern helfen. Wichtig ist zu beachten, dass viele dieser Mittel nicht für Schwangere, Stillende, Kinder unter 12 Jahren und bei Vorerkrankungen geeignet sind. Die Apotheke bietet hier gute Beratung an.

Hochdosiertes Vitamin C mit Lactoferrin zu Symptombeginn einnehmen Zu Symptombeginn kann man die Einnahme von hochdosiertem Vitamin C in Verbindung mit Lactoferrin wählen (Achtung, hochdosiertes Vitamin C nicht für Schwangere oder Stillende, Personen mit Nierenschwäche, Nierensteinen, Eisen-Speicher-Erkrankungen, Kinder unter 12 Jahren sowie für Patienten, die Blutgerinnungsmittel einnehmen). Lactoferrin ist für Kuhmilchallergiker und Veganer allerdings ausgeschlossen. Hier ist eine Alternative in Form von Beta-1,3-Glucan erhältlich (nicht für Schwangere, Stillende, bei Pilzallergie). Generell erfolgt die Einnahme von 1000 mg Vitamin C pro Stunde in den ersten sechs Stunden nach Auftreten der ersten Symptome (maximal 6 g Vitamin C/Tag), und nachfolgend über drei Tage hinweg von 1000 mg Vitamin C dreimal täglich. An den drei Tagen nimmt man zusätzlich je 400 mg Lactoferrin zweimal täglich ein. Am besten lässt man sich zur Einnahme in der Apotheke beraten. Beide Stoffe sollen dabei helfen, die Immunabwehr am Anfang der Infektion zu stärken.

Patienten, die lieber zu anthroposophischen Mitteln greifen, können zu Beginn der Bronchitis einmal täglich 25 bis 30 Meteoreisen Globuli velati, aufgelöst in einem Glas Wasser, einnehmen. Wärme-

haushalt, Kälteempfinden und Abwehrkräfte sollen so reguliert und gestärkt werden.

Trockenen Husten mit pflanzlichen Mitteln lindern Auch gegen den anfänglich trockenen Reizhusten gibt es Linderungsmöglichkeiten. Die Einnahme pflanzlicher Molekülkomplexe aus Harzen, Polysacchariden und Flavonoiden aus Grindelie, Spitzweggerich und Strohlume (Poliresin®) können besonders hilfreich sein. Diese bilden einen Schutzfilm auf der Atemwegs-Schleimhaut, der sowohl antientzündlich wie auch gegen Bakterien wirksam sein kann. Die Befeuchtung wirkt wohltuend und der Honig reizmildernd. Homöopathisch oder anthroposophisch kommen weitere Mittel in Frage. Mit Honig verrührt finden Wirkstoffkombinationstropfen z. B. aus Ammonium bromatum, Drosera und Spongia (nicht für Schwangere, Stillende, Schilddrüsenerkrankte, Kinder unter 12 Jahren) ihre Anwendung, oder auch Archangelica brom. Globuli ihren Einsatz bei Hustenreiz, Heiserkeit und Stimmlosigkeit. Kinder können Roseneisen/Graphit globuli velati einnehmen.

Pflanzliche Kombinationsmittel bei produktivem Husten einsetzen Bei produktivem Husten bietet sich die pflanzliche Kombination aus Kurkumawurzel, Zimtrinde, Thymianblüten, Myrtenblättern

und Schwarzfichtennadeln an (nicht für Schwangere, Stillende). Ätherische Öle unterstützen die Reinigung der Atemwege von Sekret. Diese Kombination wirkt antientzündlich, krampflösend und schleimlösend. Ein weiteres Komplexmittel ist eine Kombination aus roter Koralle, Bischofskraut und Grindelie (nicht für Schwangere, Stillende, Kinder unter 12 Jahren). Für die Anthroposophie empfehlen sich Bronchi Plantago Globuli velati. Seit langem bekannt ist auch Lungentee aus der Apotheke, eine Mischung aus Vogelknöterich, Hohlzahn und Ackerschachtelhalm (nicht für Schwangere, Stillende, Kinder unter 12 Jahren).

Schmerzen und Stärken zusätzlich lindern Wer zusätzlich etwas zur Stärkung tun möchte: Gegen Gliederschmerzen kommt Gelber Jasmin (Gelsemium sempervirens) zum Einsatz. Auch Gelsemium comp. Globuli velati versprechen hier Unterstützung. Dem typischen Schwächegefühl kann man mit Taigawurzel-Extrakt begegnen, das auch in Kombinationsmitteln in der Apotheke erhältlich ist. Es ist allerdings bei Bluthochdruck, Schilddrüsenerkrankungen, Schwangerschaft, Stillzeit und für Kinder unter 12 Jahren nicht geeignet. Tipp: Achten Sie neben vitaminreicher Kost auf ausreichend Ruhe für Ihren Körper.

Welche alternativen Heilmittel können zu Beginn einer Bronchitis die Symptome lindern helfen?

Zu Infektbeginn:

- Vitamin C, hochdosiert (Kapseln)
- Lactoferrin (Kapseln)
- Beta-Glucan (Kapseln)
- Meteoreisen Globuli velati

Trockener Reizhusten:

- Archangelica comp. Globuli
- Roseneisen/Graphit Globuli
- Poliresin®-Molekülkomplex: Grindelien, Spitzweggerich, Strohlume, Honig (Hustensaft)

Produktiver Husten:

- Kurcuma/Thymian/Zimtrinde/Myrtenblätter/Schwarzfichtennadeln (Kapseln)
- Ammonium bromatum, Drosera, Spongia (Tropfen)
- Rote Koralle, Grindelie, Bischofskraut (Tropfen)
- Bronchi Plantago Globuli velati

Lungenstärkung: Ackerschachtelhalm, Vogelknöterich, Hohlzahn (Lungentee)

Gliederschmerzen: Gelsemium Comp. Globuli

Schwächegefühl: Taigawurzel, Rosenwurz, Ginseng, Schlafbeere (Kapseln)



WICHTIGER HINWEIS:

Lassen Sie sich zu all diesen Mitteln in der Apotheke beraten, da es bei den meisten Einschränkungen für die Anwendung gibt, z. B. Schwangerschaft, Stillzeit, Bluthochdruck, Kinder unter 12 Jahren o. ä.

SO UNTERSTÜTZEN WIR UNSERE NIEREN

Chronische Nierenschwäche verlangsamen



Bluthochdruck und Diabetes begünstigen Nierenschwäche

Wenn mehr als die Hälfte der Nephrone beschädigt sind, arbeiten die Nieren nicht mehr richtig. Giftstoffe und Wasser können sich ansammeln. In Deutschland sind bis zu zehn Millionen Menschen von einer eingeschränkten Nierenfunktion betroffen. Erhöhtes Alter sowie Diabetes mellitus in Kombination mit Bluthochdruck und entzündeten Nieren sind Risikofaktoren. Denn zu hohe Glukosewerte können zu Gefäßveränderungen führen, und Bluthochdruck zerstört mit der Zeit die Nierenkörperchen.

Müdigkeit kann Symptom sein

Das Tückische an einer chronischen Nierenerkrankung ist, dass die Patienten am Anfang noch keine Symptome bemerken. Befinden sich aber über längere Zeit zu viel Kreatinin, Harnstoff und Harnsäure im Blut, kommt es zu Vergiftung sowie Wasseransammlungen in der Lunge und in den Beinen. Bluthochdruck und Herzkrankungen wie Herzrhythmusstörungen und Herzschwäche sind Folgeerkrankungen. Unspezifische Anzeichen können Müdigkeit, Kopfschmerzen und Leistungsschwäche sein. In fortgeschrittenem Krankheitsstadium können die Symptome Übelkeit, Erbrechen, Appetitlosigkeit, Konzentrationsschwäche, Juckreiz, graue Hautfarbe, Atemnot und Wasseransammlungen (Lid, Unterschenkel etc.) auftreten.

GFR-Wert liegt unter 60 ml pro Minute

Der Arzt stellt die Nierenfunktion über das Messen der sogenannten glomerulären Filtrationsrate (GFR) im Blut und Urin fest. Der GFR-Wert zeigt an, wie viel Milliliter Flüssigkeit die Nieren pro Minute filtern und ist ein Indikator für die Nierenleistung. Bei einer chronischen Nierenerkrankung liegt die GFR unter 60 ml/Minute. Fünf Stadien der Nierenschwäche werden unterschieden. Die normale Filterleistung beträgt über 90 ml pro Minute. Chronisches Nierenversagen liegt bei unter 15 ml pro Minute vor.

Viel bewegen und nicht rauchen

Da eine

chronische Nierenerkrankung nicht heilbar ist, ist das Ziel, die Verschlechterung der Erkrankung abzubremsen. Die Behandlung von Grunderkrankungen wie Bluthochdruck und Diabetes mellitus ist daher unabdingbar. Wichtig sind aber insbesondere auch die regelmäßige körperliche Bewegung und der Verzicht auf Nikotin. Betroffene können zusätzlich selbst durch ihre Ernährungs- und Lebensweise einen erheblichen Beitrag dazu leisten, dass die Nierenschwäche nicht schlimmer wird.

Auf Eiweiß, Salz und Phosphat achten

Der Eiweißkonsum richtet sich auch bei Nierenschwäche nach den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), die bei 0,8 bis 1,0 g Eiweiß pro Kilo Körpergewicht pro Tag liegt. De facto nehmen Deutsche derzeit durch ihre Ernährung - vor allem durch den Genuss von viel Fleisch - ein Zuviel an Eiweiß auf. Nierenschwache sollten daher Eiweiß aus essentiellen Aminosäuren bevorzugen. Eine Kombination aus gemischten Eiweißquellen wie Eiern, Kartoffeln und Milch oder aber Milch und Weizen ist günstig. Außerdem sollten Patienten nicht mehr als 0,6 bis 1 g Phosphat zu sich nehmen, da dieses den Kalziumverlust und damit Osteoporose fördert. Gepökeltes, Schmelzkäse und Softdrinks sind sehr phosphatreich (vgl. Lebensmittel mit gekennzeichneten Inhaltsstoffen E 338 bis E 341, E 450 a bis c, E 540, E 543 und E 544). Auch bei Salz sollte die Menge 6 g pro Tag nicht überschreiten, wobei bereits 80 Prozent des Salzes in Fertignahrungsmitteln enthalten ist.

Aufpassen bei kaliumsensiblen Medikamenten und Lebensmitteln

Ist die Nierenschwäche weiter fortgeschritten, sollten Betroffene auch Kalium einsparen, da der Kaliumspiegel bei der chronischen Nierenerkrankung ansteigt und zu Herzrhythmusstörungen führen kann. Empfehlenswert sind je nach Stadium 1,5 bis 2 g Kalium pro Tag. Patienten sollten kaliumreiche Lebensmittel wie z. B. Trockenobst, Bananen, Hülsenfrüchte,

Tomaten, Pilze und Kartoffelprodukte eher meiden. Achtung, auch bestimmte Medikamente wie ACE-Hemmer, kaliumsparende Diuretika und NSAR (nichtsteroidale Antirheumatika, d. h. Schmerzmittel wie ASS, Ibuprofen, Diclofenac etc.) beeinflussen den Kaliumspiegel negativ.

Medikamente und Dosierung mit dem Arzt besprechen

Man sollte generell mit dem Arzt jedes Medikament (auch nicht verschreibungspflichtig) besprechen und die Kombination aller Arzneimittel durchgehen, um negative Wirkungen auf die Nierenfunktion auszuschließen. Auch Statine zur Cholesterinsenkung und Antibiotika können hier problematisch sein. Im mittleren Stadium der unerkannten Erkrankung kann es besonders bei Älteren leicht zu einer Überdosierung von Medikamenten kommen. Achtung auch bei der Osteoporose-Prophylaxe, da Kalzium-Präparate bei vorgeschädigten Nieren nicht angeraten sind. Allgemein sollte man mit dem Arzt auch die tägliche Flüssigkeitsaufnahme besprechen.

WAS KANN MAN SELBST BEI NIERENSCHWÄCHE TUN?

- Mit dem Arzt die Dosierung der Medikamente besprechen und anpassen.
- Achtung bei gleichzeitiger Einnahme von ACE-Hemmern, ggf. nichtsteroidalen Schmerzmitteln (ASS, Ibuprofen, Diclofenac etc.) und ggf. kaliumsparenden Diuretika zur Entwässerung. Arzt befragen.
- Ausreichend Bewegung in den Alltag integrieren.
- Auf Rauchen verzichten.
- Salzkonsum einschränken (max. 6 g/Tag gesamt).
- Auf Trinkmenge achten (ca. zwei Liter, Arzt fragen).
- Auf korrekten Eiweißkonsum achten (0,8 bis 1 g Eiweiß/Kilo Körpergewicht pro Tag).
- Phosphatreiche Lebensmittel meiden (max. 0,6 bis 1 g pro Tag).

Heiserkeit einfach weglutschen

Island Moos hilft Hals und Stimme

Sind Sie auch wieder einmal heiser? Die Stimme ist weg? Viele Betroffene wissen nicht, wie wichtig eine optimale Befeuchtung des Hals-Rachen-Raums zur Abwehr von Krankheitserregern ist. Gerade in den Wintermonaten, wenn man trockener Heizungsluft und kalten Außentemperaturen ausgesetzt ist, sollte man immer ausreichend trinken und die Mund- und Rachenschleimhaut möglichst oft durch das Lutschen von Bonbons befeuchten.

Isländisch Moos-Lutschtabletten wirken doppelt

Als besonders gut wirksam bei Heiserkeit hat sich der Wirkstoff Isländisch Moos erwiesen, der als Inhaltsstoff in Lutschtabletten aus der Apotheke erhältlich ist. Ergänzend zum Isländisch Moos-Extrakt ist hier auch ein Hydrogelkomplex mit Hyaluronsäure enthalten. Durch den Isländisch-Moos-Wirkstoff bildet sich schon beim Lutschen eine Schutzschicht auf der Schleimhaut. Die stark wasserbindende Hyaluronsäure gibt außerdem Feuchtigkeit ab. Die wohltuende Wirkung hält für ungefähr eine Stunde an. Die lästigen Symptome bei Stimm- und Halsbeschwerden können so erfahrungsgemäß häufig gut verbessert werden.



Ihre Andrea Höbl
PTA

Andrea Höbl

Unterhaltungsteil

Summ, summ, summen

So stärken Sie Ihre Stimme für den Tag

Ist Ihre Stimme im Alltag oft überlastet? Soll Ihre nächste Präsentation oder Ihr Vortrag mit kräftigerem Klang ertönen? Dann können Sie selbst dafür sorgen, dass Ihre Stimme mehr Resonanz und Kraft erhält. Denn schon ein bis zwei Minuten einfache Stimmübungen am Morgen wirken Wunder.

Wie geht's?

Einfach locker vor sich hin summen oder stimmhafte Kaubewegungen machen. Diese einfachen Übungen – regelmäßig ausgeführt – wirken wie Joggen für unsere Stimmbänder und halten sie fit. Sie werden merken: **Tägliches Summen pflegt die Stimme und sorgt auch für eine bessere Wirkung beim Gegenüber.**

Tipp
 „Summen und Kauen“ können Sie auch direkt vor einer Rede, einem wichtigen Termin oder Ihrem nächsten Online-Meeting machen. Probieren Sie es doch einfach mal aus!



Impressum © Copyright/Herausgeber: apodirekt GmbH, Rednitz-hembach. Preisänderungen vorbehalten. Alle angegebenen Preise verstehen sich in Euro inkl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Arzneimittel, die der Arzneimittelpreisverordnung unterliegen, haben in allen Apotheken einen einheitlichen Abgabepreis. Für Druckfehler bei Preisangaben oder technischen Daten übernehmen wir keine Haftung. Die Ratschläge in diesem Magazin sind sorgfältig recherchiert und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Apotheke ist ausgeschlossen.



St.-Antonius-Apotheke
Apothekerin Cornelia Sannwald
Bahnhofstr. 13 b
91126 Rednitzhembach
Tel. 09122 - 740 22
Fax 09122 - 611 37

Bahnhof-Apotheke Schwabach
Apotheker Rupert Mayer e.K.
Bahnhofstraße 33-35
91126 Schwabach
Tel. 09122 - 55 80
Fax 09122 - 51 80

Apotheke An der Radrunde
Apotheker Ralf Böhner
An der Radrunde 144
90455 Nürnberg
Tel. 0911 - 817 888 3
Fax 0911 - 817 888 4

Christophorus-Apotheke
Apothekerin Simone Erdtmann
Wolkersdorfer Hauptstr. 42
91126 Wolkersdorf
Tel. 0911 - 63 55 38
Fax 0911 - 63 701 39



regional online einkaufen
In unserem Online Shop



shop.meineapothekevorort.de

Unsere Monatsangebote

gültig vom 01. - 28.02.2021



SIE SPAREN
25%²

Imupret® N Dragees

Dragees – 50 Stück

9,98€ statt 13,30€ LVP^{1,3}



SIE SPAREN
35%²

IBU-ratiopharm® 400 mg akut

Tabletten – 20 Stück

3,98€ statt 6,15€ LVP^{1,3}

Bei Schmerzen und Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben!



SIE SPAREN
26%²

Lemocin bei Halsschmerzen

Lutschtabletten – 20 Stück

5,48€ statt 7,37€ LVP^{1,3}



SIE SPAREN
30%²

GeloSitin® Nasenpflege

Spray – 15 ml (46,53€/100ml)

6,98€ statt 9,95€ UVP^{3,4}



SIE SPAREN
38%²

Diclo-ratiopharm® Schmerzgel

Gel – 100 g (7,98€/100g)

7,98€ statt 12,97€ LVP^{1,3}



SIE SPAREN
29%²

Neurexan®

Tabletten – 100 Stück

17,98€ statt 25,28 LVP^{1,3}



SIE SPAREN
32%²

ACC® akut 600 mg

Brausetabletten – 20 Stück

10,48€ statt 15,49€ LVP^{1,3}



SIE SPAREN
31%²

PROSPAN® Hustensaft

Fluid – 100 ml (5,48€/100ml)

5,48€ statt 7,97€ LVP^{1,3}



SIE SPAREN
33%²

Vividrin® Azelastin 0,5mg/ml

Augentropfen – 6 ml (133,00€/100ml)

7,98€ statt 11,89€ LVP^{1,3}

1) Unverbindliche Herstellermeldung des Listenverkaufspreises durch den jeweiligen Hersteller an die IfA GmbH. 2) Preisersparnis gegenüber der Herstellermeldung des Listenverkaufspreises durch den jeweiligen Hersteller an die IfA GmbH. 3) Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. 4) Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Die angegebenen Preise beinhalten die gesetzlich vorgeschriebene Mehrwertsteuer. Bei den genannten Sonderpreisen handelt es sich um eine unverbindliche Preisempfehlung der apodirekt GmbH. Den aufgeführten Apotheken ist die Beteiligung freigestellt. Nur solange der Vorrat reicht, nur in haushaltsüblichen Mengen. Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Irrtümer vorbehalten.

GUTSCHEIN

Gegen Vorlage erhalten Sie einmalig
20% Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl

20%

Gültig vom **01.-28.02.2021** auf einen Lagerartikel Ihrer Wahl. Ausgenommen verschreibungspflichtige Arzneimittel, gesetzliche Zuzahlungen oder bereits rabattierte Artikel. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Pro Person nur ein Gutschein.

FFP 2-MASKEN SCHÜTZEN UNS ALLE!

Deshalb erhalten alle **Risikopatienten** Bezugs-
scheine für **Masken** von Ihrer Krankenkasse.

Wir haben diese Masken in
ausreichender Menge vorrätig.

- ✓ 6 Masken vom 07.01. - 28.02.2021 und
 - ✓ 6 Masken vom 16.02. - 15.04.2021
- für eine Eigenbeteiligung von jeweils 2€

SIE GEHÖREN NICHT ZU EINER
RISIKOGRUPPE?

Natürlich können Sie bei uns
hochwertige FFP 2-Masken
auch zu fairen Preisen kaufen!

Wir freuen uns, Sie weiterhin
sicher versorgen zu dürfen!

Masken-
Bezugs-scheine
einfach bei uns
einlösen.

WIR BLEIBEN
GEMEINSAM
Gesund!

Unsere Dauertiefpreise



Cetirizin-ratiopharm® 10mg
Filmtabletten – 100 Stück

19,98€ LVP 34,45€^{1,3}



orthomol arthroplus
Granulat/Kapseln – 30 Stück

49,98€ UVP 67,99€^{3,4}



Magnesium Verla N
Dragees – 200 Stück

10,98€ LVP 16,20€^{1,3}

Ibu-Lysin ratiopharm 684mg* Filmtabletten, 50 Stück	11,98€ LVP 19,90€ ^{1,3}
Aspirin plus C* Brausetabletten, 40 Stück	14,98€ LVP 18,98€ ^{1,3}
Gingium® 120mg Filmtabletten, 120 Stück	59,98€ LVP 94,97€ ^{1,3}
Crataegutt® 450mg Herz-Kreislauf-Tabl., 200 Stück	49,98€ UVP 66,91€ ^{3,4}
Prostagutt® forte Kapseln, 200 Stück	55,98€ LVP 75,99€ ^{1,3}
Bepanthen® Wund- und Heil- Salbe, 100g	12,48€ LVP 15,59€ ^{1,3} 12,48€/100ml
Iberogast® Advance Fluid, 100ml Arzneimittel enthält 31,0 Vol.-% Alkohol	29,98€ LVP 38,88€ ^{1,3} 29,98€/100ml
GeloMyrtol® forte Kapseln, 100 Stück	29,98€ LVP 39,97€ ^{1,3}
Antistax® extra Venentabletten, 90 Stück	32,98€ LVP 45,87€ ^{1,3}

1) Unverbindliche Herstellermeldung des Listenverkaufspreises durch den jeweiligen Hersteller an die IfA GmbH.
2) Preisersparnis gegenüber der Herstellermeldung des Listenverkaufspreises durch den jeweiligen Hersteller an die IfA GmbH.
3) Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.
4) Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Die angegebenen Preise beinhalten die gesetzlich vorgeschriebene Mehrwertsteuer. Bei den genannten Sonderpreisen handelt es sich um eine unverbindliche Preisempfehlung der apodirekt GmbH. Den aufgeführten Apotheken ist die Beteiligung freigestellt. Nur solange Vorrat der reicht, nur in haushaltsüblichen Mengen. Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Irrtümer vorbehalten.

* Bei Schmerzen und Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben!