



# gesundleben

## Apotheken

# So macht Reisen Spaß!



Anzeige

### Imodium® akut lingual

Befreit schnell von akutem Durchfall

Gratis  
Kartenspiel!<sup>1</sup>



**19%**  
SPAREN!

Imodium® akut lingual, 12 Schmelztabletten\*  
Symptomatische Behandlung von akuten Durchfällen für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren, sofern keine ursächliche Therapie zur Verfügung steht. Eine über 2 Tage hinausgehende Behandlung nur unter ärztlicher Verordnung und Verlaufsbeobachtung. Warnhinweis: Enthält Aspartam und Levomenthol.  
Wirkstoff: Loperamidhydrochlorid.

**9,29**  
~~11,47\*\*~~

Unser Apothekenpreis

## Online-Aktion zur Sommervorbereitung

Jetzt  
reinklicken &  
gewinnen!

Unter [www.gesundleben-apotheken.de](http://www.gesundleben-apotheken.de) entdecken Sie hilfreiche Tipps für einen unbeschwerten Start in den Sommer! Außerdem erwartet Sie eine tolle Verlosung – zu gewinnen gibt es insgesamt 36 Anthelios Sommerpflegesets für die ganze Familie von LA ROCHE-POSAY!

*Viel Erfolg!*



Anzeige

### Dolormin® Extra

Keiner ist schneller

Gratis  
Kartenspiel!<sup>1</sup>



**19%**  
SPAREN!

Dolormin® Extra, 20 Filmtabletten\*  
Symptomatische Kurzzeitbehandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen – wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Für Kinder ab 20 kg (6 Jahre und älter), Jugendliche und Erwachsene.  
Wirkstoff: Ibuprofen (als Ibuprofen, DL-Lysinsalz).

**8,79**  
~~10,89\*\*~~

Unser Apothekenpreis

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

der Juni läutet den Sommer ein – und damit auch die Reisezeit. Gehören auch Sie zu den Glücklichen, die in den kommenden Wochen ihre Koffer packen? Dann sollten Sie auf jeden Fall auch über die passende Reiseapotheke nachdenken.

Was genau hier hinein sollte, hängt von Ihrem individuellen Reiseziel, der Reisedauer, etwaigen chronischen Erkrankungen und dem Alter der Reisenden ab. Familienferien in Oberbayern werden andere Vorbereitungen erfordern als ein Rucksacktrip in den Tropen. Eine Notfallausrüstung mit Wunddesinfektionsmittel, Verbandszeug und Schmerzmitteln, eine Wund- und Heilsalbe sowie Medikamente gegen Durchfall und Übelkeit sind jedoch immer empfehlenswert.

Weitere Tipps für eine gute Reise bekommen Sie auch gerne in unserer Apotheke. Wir wünschen Ihnen schon jetzt einen schönen und erholsamen Urlaub.

Viele Grüße  
Ihr gesund leben Apothekenteam



## Alte Apotheke

*„Wenn Gesundheit Tradition heißt...“*

Daniela von Nida  
Enggasse 1 64846 Groß-Zimmern  
Tel. 06071 - 4 85 58 Fax 06071 - 7 24 92  
info@alteapotheke.de

[www.alteapotheke.de](http://www.alteapotheke.de)

<sup>1</sup>Beim Kauf eines Johnson & Johnson Produktes erhalten Sie ein Kartenspiel gratis. Aktionszeitraum 26.05.–29.06.2018. Solange der Vorrat reicht. Nur in teilnehmenden Apotheken.

<sup>2</sup>Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. <sup>\*\*</sup>Verbindlicher Festpreis für die Abrechnung der Apotheke mit der Krankenkasse bei Abgabe des Produkts auf Rezept, wobei der Krankenkasse ein Rabatt von 5 % auf diesen verbindlichen Festpreis zu gewähren ist. Bei Produkten, die nicht auf Rezept abgegeben werden können, handelt es sich um eine unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Die Preise sind gültig vom 26.05. bis 29.06.2018. Stand 01.04.2018. Bei Druckfehlern und Irrtümern keine Haftung.

Mehr Lebensqualität entdecken

# Muskelkrämpfe

## Kurz und schmerzvoll

**Sie kommen ohne Vorwarnung, mitten in der Nacht oder beim Sport und sind äußerst schmerzhaft: Muskelkrämpfe.**

Rund 40% der Deutschen kennen das aus eigener leidvoller Erfahrung. Die Muskulatur zieht sich plötzlich ohne erkennbaren Grund zusammen, schmerzt und fühlt sich hart an. Obwohl davon prinzipiell alle Muskeln betroffen sein können, häufen sich solche „Crampi“ meist in den Waden, Oberschenkeln oder Zehen. Dies ist zwar unangenehm, aber meist harmlos und nach wenigen Minuten vorbei.

Bei regelmäßigen Krämpfen ist ein Arztbesuch sinnvoll, denn auch unterschiedliche Erkrankungen, Fußfehlstellungen oder Nebenwirkungen von Medikamenten kommen als Auslöser in Frage.

Meist aber liegt die Ursache für Muskelkrämpfe in unter- oder überforderten Muskeln, einem vorübergehenden Flüssigkeits- und Mineralstoffmangel oder einer Schwangerschaft.

Erste Hilfe verspricht das Dehnen der betroffenen Körperpartie. Wärme, Massagen sowie Salben mit Arnika oder Franzbranntwein können ebenfalls Linderung bringen. Zur Vorbeugung sind regelmäßige, moderate Bewegung, eine erhöhte Flüssigkeitszufuhr und eine gesunde Ernährung die erste Wahl. Besonders bei Sportlern hat sich auch die Einnahme von Magnesium bewährt.



Unsere Schmerzberater informieren Sie gerne zur Vorbeugung und ersten Hilfe bei Muskelkrämpfen.

Fragen Sie außerdem nach unserer Schmerz-Broschüre!



Anzeige

### Magnesium Verla® 300 uno Orange

Magnesium ist wichtig für Muskeln und Nerven



**15% SPAREN!**

Magnesium Verla® 300 uno Orange Granulat, 20 Beutel  
Magnesium Verla® 300 ist mit 300 mg Magnesium pro Beutel ideal zur Deckung des täglichen Bedarfs. Es enthält ausschließlich organisches Magnesiumcitrat für eine gute Aufnahme in den Körper. Das Trinkgranulat schmeckt fruchtig-frisch nach Orange. Achten Sie zusätzlich auf eine abwechslungsreiche, ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise.

~~8,85\*\*~~  
**7,49**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### WEPA Pferdesalbe

Ideal beim Sport und im Alltag



**13% SPAREN!**

WEPA Pferdesalbe, 100 ml  
Für mehr Beweglichkeit beim Sport und im Alltag! Mit wertvollen Inhaltsstoffen wie Arnika, Rosmarin sowie Kampher und Menthol ist WEPA Pferdesalbe dank der regenerativen und aktivierenden Wirkung ideal für Sportler und Aktive.

~~2,99\*\*~~  
**2,59**

Unser Apothekenpreis

**Mehr Lebensqualität entdecken**

GL-V1-N

\*\*Verbindlicher Festpreis für die Abrechnung der Apotheke mit der Krankenkasse bei Abgabe des Produkts auf Rezept, wobei der Krankenkasse ein Rabatt von 5% auf diesen verbindlichen Festpreis zu gewähren ist. Bei Produkten, die nicht auf Rezept abgegeben werden können, handelt es sich um eine unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Die Preise sind gültig vom 26.05. bis 29.06.2018. Stand 01.04.2018. Bei Druckfehlern und Irrtümern keine Haftung.

## Auf Reisen gut versorgt

Anzeige

### Priorin® Kapseln

Stärken die Haarwurzel von Innen



14% SPAREN!

Priorin® Kapseln, 120 Stück  
Die Priorin® Kapseln stärken das Haar von Innen und verhelfen zu vermehrtem Haarwachstum, indem sie die Haarzellen mit wichtigen Mikronährstoffen versorgen.

~~49,99\*\*\*~~  
**42,99**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### Curaprox CS 5460 ultra soft

Ultrafein und sanft gegen Plaque



13% SPAREN!

Curaprox CS 5460 ultra soft  
Zahnbürste, 1 Stück

Die meisten Zahnbürsten sind zu hart, um die kritischen Schmutznischen ohne übermäßigen Druck zu reinigen. Die unglaublichen 5460 Filamente der CS ultra soft sind besonders fein und flexibel und reinigen die Zähne sanft und effektiv, ohne Putzschäden zu hinterlassen. 36 Farbvarianten.

~~5,45\*\*~~  
**4,69**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### VICHY Aqualia Thermal Trockene Haut

Pure Re-Hydration für trockene bis sehr trockene Haut



14% SPAREN!

VICHY Aqualia Thermal reichhaltige Creme, 50 ml

Verwöhnen Sie Ihre Haut mit einer sorgfältig ausgewählten Zusammensetzung aus naturbasierten Aktivstoffen und hochkonzentriertem Hyaluron. Für eine sofortige Erfrischung, eine aufgepolsterte Haut und langanhaltende Feuchtigkeit. Mit 97% natürlichem Ursprung. Für empfindliche Haut geeignet. Wirksamkeit dermatologisch bestätigt.

~~19,90\*\*~~  
**16,99**

Grundpreis:  
33,98 € pro 100 ml

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### Antistax® extra

Mit der medizinischen Kraft des Roten Weinlaubs



15% SPAREN!

Antistax® extra Venentabletten, 90 Filmtabletten\*

Zur Behandlung bei Erwachsenen von Beschwerden bei Erkrankungen der Beinvenen (chronische Veneninsuffizienz), zum Beispiel Schmerzen und Schweregefühl in den Beinen, Krampfadern, nächtliche Wadenkrämpfe, Juckreiz und geschwollene Beine (Beinödeme).  
Wirkstoff: Trockenextrakt aus roten Weinrebenblättern.

~~44,99\*\*~~  
**37,99**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### Kneipp® Arnika Salbe S

Pflanzliches Arzneimittel – auch bei Muskel- und Gelenkschmerzen



15% SPAREN!

Kneipp® Arnika Salbe S, 100 g\*

Creme. Zur äußerlichen Anwendung bei Verletzungs- und Unfallfolgen, z. B. bei Blutergüssen (Hämatomen), Verstauchungen (Distorsionen), Prellungen, Quetschungen, Wasseransammlungen im Gewebe infolge von Knochenbrüchen (Frakturödemen), bei rheumatischen Muskel- und Gelenksbeschwerden und Entzündungen als Folge von Insektenstichen. Enthält Cetylstearylalkohol/ Cetylalkohol und entölte Phospholipide aus Sojabohnen.  
Wirkstoff: Arnikablütenauszug 10%.

~~9,99\*\*\*~~  
**8,49**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### Bioelectra® Magnesium 400 mg ultra Direct

Für vitale Muskeln Tag und Nacht



14% SPAREN!

Bioelectra® Magnesium 400 mg ultra Direct Orange, 20 Sticks

Egal ob auf Reisen oder beim Sport – mit Bioelectra® Magnesium 400 mg ultra Direct sind Sie immer gut mit Magnesium versorgt. Die Micro-Pellets direkt auf die Zunge geben, langsam zergehen lassen und schlucken. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Enthält eine Phenylalaninquelle. Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

~~10,50\*\*~~  
**8,99**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### Tromcardin® complex

Für ein Herz im Takt



16% SPAREN!

Tromcardin® complex Tabletten, 120 Stück

Zum Diätmanagement bei Herzerkrankungen, insbesondere Herzrhythmusstörungen, mit Kalium, Magnesium, Vitamin B12, Folsäure, Niacin sowie Coenzym Q10. Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).

~~23,95\*\*~~  
**19,99**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### OMEPR® HEXAL

Stoppt Sodbrennen. Mit Langzeitwirkung.



14% SPAREN!

OMEPR® HEXAL 20 mg, magensaftresistente Hartkapseln, 14 Stück\*

Zur kurzzeitigen Behandlung von Refluxbeschwerden (z. B. Sodbrennen und Säurerückfluss) bei Erwachsenen. Enthält Lactose. Wirkstoff: Omeprazol.

~~11,97\*\*~~  
**10,29**

Unser Apothekenpreis

### Sportlich durchstarten

Pünktlich zur Fußball-WM haben wir Ihnen einige wichtige Sport-Tipps zusammengestellt:

- ✓ **Aufwärmen und Dehnübungen**  
Beides reduziert Verletzungsrisiken und Krämpfe – planen Sie genügend Zeit ein, damit Sie entspannt Ihr Fitnessprogramm starten können.
- ✓ **Power-Drink Kakao**  
Das Verhältnis aus Kohlenhydraten und Eiweiß (ca. 3:1) beschleunigt die Muskel-Regeneration: Mischen Sie 250 ml Milch mit 1 EL ungesüßtem Kakao und genießen Sie den Drink nach dem Sport.
- ✓ **Magnesium zuführen**  
Sportler haben einen erhöhten Magnesium-Bedarf. Der Mineralstoff wird vom Körper nicht selbst hergestellt und kann daher durch magnesiumreiche Lebensmittel (z. B. Kerne, Nüsse, Vollkornprodukte) oder als Nahrungsergänzungsmittel zugeführt werden.

gesund leben  
Tipp



## Unsere gesund leben Eigenmarke

Anzeige

### gesund leben Sport Brausetabletten

Zur Unterstützung einer normalen Muskelfunktion



12% SPAREN!



gesund leben Sport Brausetabletten, 3 x 10 Stück  
Nahrungsergänzungsmittel vorbereitend, während und nach körperlicher Anstrengung zu empfehlen. Die Mineralstoffe Calcium und Magnesium tragen zu einer normalen Funktion von Muskeln und Nerven bei. Limette-Grapefruitgeschmack. Gluten-, zucker- und laktosefrei.

~~7,19\*\*~~  
**6,29**

Unser Apothekenpreis

Anzeige

### gesund leben Fußcreme Lavendel

Pflege für trockene, raue Füße



12% SPAREN!



gesund leben Fußcreme Lavendel, 100 ml

Spendet intensiv Feuchtigkeit. Glättet trockene und raue Füße. Mit Urea, Sheabutter und Lavendelöl. Auch zur Fußpflege bei Diabetes. Hinweis: Kontakt mit den Augen vermeiden. Hautverträglichkeit dermatologisch bestätigt.

~~3,99\*\*~~  
**3,49**

Unser Apothekenpreis

## Mehr Lebensqualität entdecken

# Unsere Angebote des Monats

Anzeige

**Soventol® HydroCortisonACETAT 0,5 %**  
Schnelle Hilfe bei gereizter Sommerhaut



**15% SPAREN!**

Soventol® HydroCortisonACETAT 0,5 %, 15 g\*  
Zur Behandlung von mäßig ausgeprägten geröteten, entzündlichen oder allergischen Hauterkrankungen, bei denen schwach wirksame, niedrig konzentrierte Corticosteroide angezeigt sind.  
Wirkstoff: Hydrocortisonacetat.

**6,89**  
~~8,20\*\*~~

Grundpreis: 45,93 € pro 100 g

Unser Apothekenpreis

Anzeige

**Ladival® Allergische Haut LSF 30**  
Bei Neigung zu Sonnenallergie und Mallorca-Akne



**14% SPAREN!**

Ladival® Allergische Haut LSF 30, 200 ml  
Das Sonnenschutz-Gel wurde speziell für die zu Irritationen wie Sonnenallergie und Mallorca-Akne neigende Haut entwickelt. Mit dem 3-fach Zellschutz zum Schutz vor Sonnenbrand, sonnenbedingten Hautschäden und vorzeitiger, sonnenbedingter Hautalterung. Das leichte Gel ist fettfrei, zieht schnell ein, klebt nicht und schützt sofort nach dem Auftragen.

**16,99**  
~~19,95\*\*~~

Grundpreis: 8,50 € pro 100 ml

Unser Apothekenpreis

Anzeige

**Buscopan® PLUS**  
Bei stärkeren Schmerzen und Krämpfen im Bauch



**16% SPAREN!**

Buscopan® PLUS Filmtabletten, 20 Stück\*  
Bei krampfartigen Schmerzen bei Erkrankungen des Magens und des Darms, krampfartigen Schmerzen und Funktionsstörungen im Bereich der Gallenwege, der ableitenden Harnwege sowie der weiblichen Geschlechtsorgane (z. B. schmerzhafte Regelblutungen).  
Wirkstoffe: Butylscopolaminiumbromid, Paracetamol.

**9,99**  
~~11,97\*\*~~

Unser Apothekenpreis

Anzeige

**HYLO FRESH®**  
Der Frischekick für Ihre Augen



**15% SPAREN!**

HYLO FRESH® Augentropfen, 10 ml  
HYLO FRESH® befeuchtende Augentropfen sind auf die Bedürfnisse müder, trockener Augen abgestimmt und verleihen ihnen den nötigen Frischekick. Mit ihren Inhaltsstoffen Euphrasia und Hyaluronsäure unterstützen die Tropfen den natürlichen Tränenfilm und lindern so Beschwerden wie Rötung oder Juckreiz. HYLO FRESH® befeuchtende Augentropfen sind daher die optimale Hilfe für gelegentlich gestresste Augen.

**8,39**  
~~9,95\*\*~~

Grundpreis: 83,90 € pro 100 ml

Unser Apothekenpreis

Gutschein gültig vom 26.05. bis 15.06.2018

**15%**  
**EXTRA-SPARCOUPON**

Jetzt weitere Angebote aus unserer Apotheke entdecken und extra sparen!

Für ein Produkt aus dem rechtlich rabattierfähigen Sortiment. Ausgenommen sind rezeptpflichtige Artikel und Zuzahlungen. Dieses Angebot ist nicht mit anderen Angeboten oder Rabatten kombinierbar.

Alte Apotheke  
Enggasse 1  
64846 Groß-Zimmern

Gutschein gültig vom 16.06. bis 29.06.2018

**10%**  
**EXTRA-SPARCOUPON**

Jetzt weitere Angebote aus unserer Apotheke entdecken und extra sparen!

Für ein Produkt aus dem rechtlich rabattierfähigen Sortiment. Ausgenommen sind rezeptpflichtige Artikel und Zuzahlungen. Dieses Angebot ist nicht mit anderen Angeboten oder Rabatten kombinierbar.

Alte Apotheke  
Enggasse 1  
64846 Groß-Zimmern

## VORSCHAU Juli

Der nächste Prospekt erscheint am **30.06.2018**.

Freuen Sie sich in der nächsten Ausgabe auf diese spannenden Themen:  
Sommerzeit – so sind Sie optimal auf Sonnenschein vorbereitet. Lesen Sie außerdem, was beim Sonnenschutz zu beachten ist, und wie Sie Nervenschmerzen effektiv vorbeugen und lindern können.



\*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. \*\*Verbindlicher Festpreis für die Abrechnung der Apotheke mit der Krankenkasse bei Abgabe des Produkts auf Rezept, wobei der Krankenkasse ein Rabatt von 5 % auf diesen verbindlichen Festpreis zu gewähren ist. Bei Produkten, die nicht auf Rezept abgegeben werden können, handelt es sich um eine unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Die Preise sind gültig vom 26.05. bis 29.06.2018. Stand 01.04.2018. Bei Druckfehlern und Irrtümern keine Haftung.



**Alte Apotheke**  
*Wenn Gesundheit Tradition hat...*

Daniela von Nida  
Enggasse 1 64846 Groß-Zimmern  
Tel. 06071 - 4 85 58 Fax 06071 - 7 24 92  
info@alteapothke.de

www.alteapothke.de

Apothekerin: Daniela von Nida e. K.

Öffnungszeiten

Mo–Fr 8.30 Uhr–12.30 Uhr

14.30 Uhr–18.30 Uhr

Sa 8.30 Uhr–12.30 Uhr

**Mehr Lebensqualität entdecken**