DORFNERS

GESUNDHEITS MAGAZIN

Ausgabe Februar 2021

Umfassende Informationen Ihrer

Kloster-Apotheke Neumarkt
Rathaus-Apotheke Neumarkt
Marien-Apotheke Neumarkt
Marien-Apotheke Seubersdorf

Inhalt

❶ *Titelthema*
SO UNTERSTÜTZEN WIR UNSERE NIEREN

Artikel
❷ BRONCHITIS-BESCHWERDEN GLEICH ZU BEGINN LINDERN

❸ *Serie*
WELCHE IMPFUNGEN WERDEN EMPFOHLEN?

❹ *Tipp des Monats*
HEISERKEIT EINFACH WEGLUTSCHEN

❺ *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 64%[2]

Angebot des Monats

Cetirizin-ratiopharm® 10mg bei Allergien
Tabletten – 20 Stück

2,99€ statt 8,35€ LVP [1,3]

Mehr Angebote finden Sie auf unserem Aktions-Blatt

Ihr Apotheker
Peter Dorfner

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 Peter Dorfner
und das gesamte Team

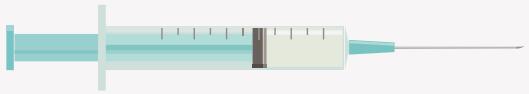
Die **Heilpflanzen** Apotheken

TEIL 12

Serie

IMPFUNGEN

WELCHE WERDEN EMPFOHLEN?



HEPATITIS B: IMPFUNG MIT EINEM HEPATITIS-B-OBERFLÄCHEN-ANTIGEN

Was ist Hepatitis B? Hepatitis B ist eine durch Viren verursachte Leberentzündung. Die Inkubationszeit beträgt zwischen 45 und 180 Tagen. Sie wird durch Körperflüssigkeit (Blut, Sperma, Scheidensekret und vermutlich Speichel) übertragen (Achtung auch bei Nagelscheren oder Zahnbürsten bei Virusträgern in einem gemeinsamen Haushalt). Schon sehr kleine Haut- und Schleimhautverletzungen ermöglichen die Übertragung des Virus, der außerhalb des Körpers sieben Tage überleben kann. Die Symptome sind zunächst meist unspezifisch und grippeähnlich. Hinzu können Appetitlosigkeit und Übelkeit kommen. Eine mögliche Gelbsucht tritt nur in ein Drittel der Fälle auf. Meist heilt die akute Krankheit unerkannt von selbst wieder aus und man ist lebenslang immun. Selten kann sie bis zum Tod führen. Sie kann aber auch unerkannt in eine chronische Leberentzündung übergehen. Müdigkeit und rechtsseitige Oberbauchbeschwerden sind hier typische Symptome. Chronische Leberentzündung ist mit Interferonen und antiviralen Medikamenten behandelbar. Wird sie nicht erkannt, kann sie zur Leberschädigung führen. Leberzirrhose und Leberkrebs können folgen. Menschen mit chronischer Leberentzündung sind jahrzehntelang für andere Menschen ansteckend. Je jünger die Patienten sind, desto höher ist die Gefahr für eine chronische Form der Erkrankung. Auch immungeschwächte Personen sind gefährdet. Die Krankheit tritt unterschiedlich häufig weltweit auf. Daher wird die Impfung auch für bestimmte Reisegebiete empfohlen.

Wovor schützt die Hepatitis-B-Impfung?
Vor der Erkrankung Hepatitis B.

Wie schützt die Hepatitis-B-Impfung?
Die Impfung erfolgt als aktive Immunisierung gegen ein Oberflächen-Antigen des Hepatitis-B-Virus, d. h. das in der Impfung enthaltene Antigen (Virusbestandteil) löst eine Immunantwort gegen diesen Erreger aus.

Wann und wie oft muss man sich impfen lassen?
Es stehen Einfach-, Zweifach- und Sechsfachimpfstoffe zur Verfügung. Sie werden ab dem Säuglings- und Kleinkindalter verwendet.

- Die vier Teilimpfungen der Grundimmunisierung sollten im Alter von 2, 3, 4 sowie 11 bis 14 Monaten erfolgen (bei Einzelimpfstoff nur drei Impfstoffgaben nötig).
- Im Erwachsenenalter impft man nach dem Schema 0-1-6 Monate
- Vor Reisen impft man nach dem Schema 0-7-21 Tage.

Gibt es Nebenwirkungen?
Als Nebenwirkungen können Reizbarkeit, Kopfschmerzen und Magen-Darm-Beschwerden auftreten.

Wer sollte sich impfen lassen?
Standard:
- alle Säuglinge/Kleinkinder ab 2 Monaten
- fehlende Impfungen sollte man im Kindes-/Jugendalter nachholen

Besondere Empfehlung auch für:
- Personen mit Immunschwäche (vgl. HIV, Dialyse)
- Personen mit besonderer Gefährdung (z. B. Angehörige von HBV-Infizierten, Drogenkonsumenten)
- Personen mit erhöhtem Risiko (beruflich/ehrenamtlich, z. B. medizinische Einrichtungen, Flüchtlingsheime)
- vor Reisen (individuell)

Kommen Sie doch einfach zu uns in die Apotheke.
Wir beraten Sie gerne zur Impfung gegen Hepatitis B.

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. Wärmehaushalt, 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, Spitzwegerich und Strohblume (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 aus roten Früchten und Gemüse auch 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, Spitzwegerich, Strohblume, 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.

Fortsetzung Titelthema

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 Herzerkrankungen 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. Nierenkranke 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).

Tipp des Monats

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.

Ihr Peter Dorfner
Apotheker

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.

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!

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.**

Kloster-Apotheke
Bahnhofstr. 2a
92318 **Neumarkt**
Tel. 09181 - 25 99 22
Fax 09181 - 25 99 23
kloster@apotheke-dorfner.de
www.apotheke-dorfner.de
Mo – Fr 8:30 – 18:00 Uhr
Sa 8:30 – 12:00 Uhr

Rathaus-Apotheke
Obere Marktstraße 14
92318 **Neumarkt**
Tel. 09181 - 25 99 20
Fax 09181 - 25 99 19
rathaus@apotheke-dorfner.de
www.apotheke-dorfner.de
Mo – Fr 8:30 – 18:00 Uhr
Sa 8:30 – 13:00 Uhr

Marien-Apotheke
Obere Marktstraße 38
92318 **Neumarkt**
Tel. 09181 - 64 64
Fax 09181 - 88 59
marien-neumarkt@apotheke-dorfner.de
www.apotheke-dorfner.de
Mo – Fr 8:30 – 13:00 Uhr und 14:00 – 18:00 Uhr
Sa 8:30 – 12:00 Uhr

Marien-Apotheke
Nürnberger Str. 9
92358 **Seubersdorf**
Tel. 09497 - 438
Fax 09497 - 64 59
marien@apotheke-dorfner.de
www.apotheke-dorfner.de
Mo, Di, Do, Fr 8:30 – 13:00 / 14:30 – 18:00 Uhr
Mi 8:30 – 13:00
Sa 8:30 – 12:00 Uhr

Apotheker Peter Dorfner e.K.

Impressum © Copyright/Herausgeber: apodirekt GmbH, Rednitzhembach. 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.

Unsere Monatsangebote

gültig vom 01. - 28.02.2021

SIE SPAREN 42%[2]

MOMETA HEXAL
Heuschnupfenspray – 10 g
6,99€ statt 12,20 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 38%[2]

BoxaGrippal
Tabletten – 20 Stück
7,99€ statt 12,97 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 27%[2]

HYLO GEL
Befeuchtende Augentropfen – 10 ml
11,99€ statt 16,52€ LVP[1,3]

SIE SPAREN 37%[2]

Voltaren Dolo 25 mg
Tabletten – 20 Stück
6,49€ statt 10,42 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 36%[2]

Diclo-ratiopharm® Schmerzgel
Gel – 100 g
7,99€ statt 12,64 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 39%[2]

elmex gelée
Gel – 25 g
6,29€ statt 10,38 LVP[1,3]

SIE SPAREN 31%[2]

ThermaCare für Nacken/Schulter
Wärmeauflage – 2 Stück
6,49€ statt 9,95€ UVP[3,4]

SIE SPAREN 64%[2]

Cetirizin-ratiopharm 10 mg bei Allergien
Tabletten – 20 Stück
2,99€ statt 8,35 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 36%[2]

Talcid Kautabletten
Tabletten – 20 Stück
4,29€ statt 6,80 € 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** Bezugsscheine für **Masken** von Ihrer Krankenkasse.

Wir haben diese Masken in ausreichender Menge vorrätig.

Masken-Bezugsscheine einfach bei uns einlösen.

- ✓ **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 BLEIBEN GEMEINSAM *Gesund!*

Wir freuen uns, Sie weiterhin sicher versorgen zu dürfen!

Unsere Prämien FEBRUAR

VOSSEN Waschhandschuh

6 Taler

FISKARS Eiskratzer

15 Taler

STANLEY Bitschraubendreher

24 Taler

WMF Kinderbesteck-Set

26 Taler

BEURER Präzisionstrimmer

28 Taler

s.Oliver Baby-Decke

30 Taler

BEURER Reisehaartrockner

40 Taler

SANITAS Ultraschallreiniger

80 Taler