

# RATGEBER

1. Januar 2022

aus Ihrer Marien-Apotheke & St. Martin-Apotheke

## Marien-Apotheke und St. Martin-Apotheke unter einer Leitung



Depressive Verstimmung -  
Was der Seele aus  
dem Dunkel hilft

Lobby der Älteren

**BAGSO**  
EMPFOHLEN



diabetes **life**

**TUV NORD**

Official Partner

PAYBACK

PAYBACK



**50 PAYBACK-Punkte EXTRA\***  
zusätzlich bei der App-Vorbestellung

\*Bedingungen und weitere Informationen unter  
[www.deine-apotheke.com](http://www.deine-apotheke.com)

seit 1862

**MARIEN-APOTHEKE**



Pförtner

Christian Pförtner  
Apotheker für geriatrische Pharmazie

52379 Langerwehe  
Hauptstraße 88  
Tel.: 0 24 23 / 94 95-0  
Fax: 0 24 23 / 94 95-25

[www.marien-apotheke-langerwehe.de](http://www.marien-apotheke-langerwehe.de)  
e-mail: [gesundheit@marien-apotheke-langerwehe.de](mailto:gesundheit@marien-apotheke-langerwehe.de)



**St. Martin**



**Apotheke**

Christian Pförtner  
Apotheker für geriatrische Pharmazie

52379 Langerwehe  
Hauptstraße 121  
Tel.: 0 24 23 / 90 10 47  
Fax: 0 24 23 / 90 10 48

„Hand in Hand für Ihre Gesundheit“

**RABATT-GUTSCHEIN 20%**

auf ein Produkt Ihrer Wahl!

Ausgenommen alle verschreibungspflichtigen Arzneimittel, Zuzahlungen und alle bereits rabattierten Sonderangebote. Rabatte sind nicht kombinierbar! Gültig vom 1. bis 31. Januar 2022.



Liebe Kundinnen  
und Kunden,

mehr als 5,3 Millionen Menschen erkranken hierzulande jährlich an Depressionen, so die Stiftung Deutsche Depressionshilfe. Typische Symptome sind unter anderem Interessensverlust, eine gedrückte Stimmung, Antriebslosigkeit, Konzentrations- und Schlafstörungen.

Leichtere depressive Verstimmungen lassen sich häufig noch mit pflanzlichen Arzneimitteln überwinden, schwerere Fälle werden mit Psychotherapie und verschreibungspflichtigen Medikamenten behandelt. Aber auch körperliche Aktivität kann depressive Beschwerden lindern, wie zahlreiche Studien zeigen. Dabei spielen wahrscheinlich verschiedene Faktoren eine Rolle: So kann Bewegung von negativen Gedanken ablenken und der soziale Kontakt, zum Beispiel in einem Verein, kann stimmungsaufhellend wirken. Wenn sich dann allmählich die eigenen körperlichen Fähigkeiten verbessern, wird zudem das Selbstwertgefühl gestärkt.

Darüber hinaus fördert körperliche Aktivität den Abbau des Stresshormons Cortisol und trägt über die Ausschüttung weiterer Botenstoffe wie Endorphine und Monoamine zur Stimmungsaufhellung bei. Empfehlenswert sind Ausdauersportarten wie Walken, Joggen, Radfahren und Schwimmen, Mannschaftssportarten und Krafttraining. Wer sich dazu (noch) nicht motivieren kann, sollte regelmäßig spazieren gehen - auch das ist hilfreich.

Vielleicht schaffen es ja auch Angehörige, den Betroffenen zum Sport zu motivieren - und machen einfach gleich mit. Wie Partner und andere Familienmitglieder mit der Depression eines geliebten Menschen umgehen und dabei auch selbst nicht auf der Strecke bleiben, erfahren Sie bei uns in der Apotheke.

**Bleiben Sie gesund,  
wünschen Ihnen**

**Franziska und Christian Pförtner**

# Unsere Angebote im Januar

## Tebonin intens 120 mg\*\*

60 Filmtabletten statt bisher LP\* 56,97 Euro

jetzt nur **48,98**



über  
**15%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Zur Leistungsstärkung des Gehirns. Wirkstoff(e): Trockenextrakt aus Ginkgo-biloba-Blättern.

## IBU-LYSIN-ratiopharm 400 mg Filmtabletten\*\*

20 Stück statt bisher LP\* 10,19 Euro

jetzt nur **7,98**



über  
**20%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Symptomatische Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen (wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen) von Fieber und Schmerzen im Zusammenhang mit Erkältungen, der akuten Kopfschmerzphase bei Migräne mit und ohne Aura. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Ibuprofen DL-Lysin, Ibuprofen.

## Euminz Lösung\*\*

10 ml statt bisher LP\* 10,98 Euro

jetzt nur **6,98**



über  
**35%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Zur äußerlichen Anwendung bei leichten und mittelschweren Kopfschmerzen vom Spannungstyp. Wirkstoff(e): Pfefferminzöl. Grundpreis: 69,80 Euro/100 ml.

## ADDITIVA Immun direkt Sticks

20 Stück statt bisher LP\* 8,95 Euro

jetzt nur **6,98**



über  
**20%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Nahrungsergänzungsmittel. Grundpreis: 26,85 Euro/100 g.

**\*\*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Alle Angebote gültig bis 31. Januar 2021.**

\*LP = Lauer-Preis. Preisangaben beziehen sich auf den Zeitpunkt der Drucklegung. Hinweis: Für rezeptpflichtige Arzneimittel gilt die gesetzliche Preisbindung. Alle Artikel nur solange der Vorrat reicht; Abgabe von Arzneimitteln nur in therapeutischen Mengen. Preisänderungen vorbehalten. Arzneimittelmissbrauch führt zu Gesundheitsschäden. Arzneimittel müssen daher unbedingt in der therapeutischen Dosierung angewandt werden! **Viele weitere Angebote finden Sie auch in unserer Apotheke.** Bioidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.





# Unsere Angebote im Januar

## Paracetamol-ratiopharm 500 mg\*\*

20 Tabletten statt bisher LP\* 3,05 Euro

jetzt nur **1,98**



Anwendungsgebiet(e): Zur symptomatischen Behandlung bei leichten bis mäßig starken Schmerzen oder Fieber. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Paracetamol.

## Thomapyrin CLASSIC\*\*

20 Schmerztabletten statt bisher LP\* 7,38 Euro

jetzt nur **4,98**



Anwendungsgebiet(e): Schmerzstillendes, fiebersenkendes und entzündungshemmendes Arzneimittel. Für Erwachsene und Jugendliche ab 12 Jahren. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Acetylsalicylsäure, Paracetamol, Coffein.

## DHU Bryonia D6

80 Stück statt bisher LP\* 11,40 Euro

jetzt nur **8,98**



Anwendungsgebiet(e): Bryonia in homöopathischer Verdünnung.

## ratioGrippal 200 mg/30 mg\*\*

20 Filmtabletten statt bisher LP\* 9,90 Euro

jetzt nur **6,98**



Anwendungsgebiet(e): Bei Fieber, leichten bis mittleren Schmerzen, Schnupfen. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! Wirkstoff(e): Ibuprofen, Pseudoephedrinhydrochlorid.

## ADDITIVA Vitamin C+Zink

80 Depot-Kapseln statt bisher LP\* 9,95 Euro

jetzt nur **6,98**



Anwendungsgebiet(e): Zur Nahrungsergänzung, unterstützt die Abwehrkräfte.

## dermatoLoges proStructure

500 ml statt bisher LP\* 29,95 Euro

jetzt nur **25,98**



Anwendungsgebiet(e): dermatoLoges proStructure - mit Silicium, Kollagenpeptiden, Hyaluronsäure sowie Zink, Selen und Biotin. Mit Süßungsmitteln. Grundpreis: 51,96 Euro/1000 ml.

## Biolectra Immun Zink + Selen + Vitamin D3 Direct

20 Beutel je 1,2 g statt bisher LP\* 11,20 Euro

jetzt nur **9,98**



Anwendungsgebiet(e): Nahrungsergänzungsmittel zur Stärkung des Immunsystems. Grundpreis: 41,58 Euro/100 g.

## Olygrippal Tag & Nacht\*\*

16 Stück statt bisher LP\* 9,97 Euro

jetzt nur **6,98**



Anwendungsgebiet(e): OlyGrippal® Tag & Nacht - die Tag- und Nachtkombination bei Erkältungs- und Grippebeschwerden. OlyGrippal® Tag & Nacht wird angewendet zur symptomatischen Kurzzeitbehandlung bei Verstopfung der Nase und der Nasennebenhöhlen, verbunden mit Erkältungs- und Grippebeschwerden wie Schmerzen, Kopfschmerzen und/oder Fieber, und nur, wenn Symptome das abendliche Einschlafen erschweren. Dieses Arzneimittel ist zur Anwendung bei Jugendlichen ab 15 Jahren und Erwachsenen vorgesehen.

## Zink Verla immun Caps

40 Stück statt bisher LP\* 20,95 Euro

jetzt nur **16,98**



Anwendungsgebiet(e): Mit Vitamin C, D und Zink.

## Voltanatura Pflanzliches Gel bei Muskelverspannung

50 ml statt bisher LP\* 9,99 Euro

jetzt nur **7,98**



Anwendungsgebiet(e): Bei Muskelverspannungen, beruhigt, kühlt und pflegt.

\*\*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Alle Angebote gültig bis 31. Januar 2021.

\*LP = Lauer-Preis. Preisangaben beziehen sich auf den Zeitpunkt der Drucklegung. Hinweis: Für rezeptpflichtige Arzneimittel gilt die gesetzliche Preisbindung. Alle Artikel nur solange der Vorrat reicht; Abgabe von Arzneimitteln nur in therapeutischen Mengen. Preisänderungen vorbehalten. Arzneimittelmisbrauch führt zu Gesundheitsschäden. Arzneimittel müssen daher unbedingt in der therapeutischen Dosierung angewandt werden! Viele weitere Angebote finden Sie auch in unserer Apotheke. Bioidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.

# Unsere Angebote im Januar

# Sparen Sie bis zu 30%!

PAYBACK



**50 PAYBACK-Punkte EXTRA\***  
zusätzlich bei der App-Vorbestellung

\*Bedingungen und weitere Informationen unter [www.deine-apotheke.com](http://www.deine-apotheke.com)

## OMNi-LOGiC Apfelpektin

84 Kapseln statt bisher LP\* 28,95 Euro

jetzt nur **20,98**



über  
**25%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Apfelpektin ist die optimale Nahrungsquelle für Bacteroidetes - jene Bakterien, die die Ausscheidung von Zucker aus dem Körper unterstützen. Steht den Bacteroidetes-Bakterien ausreichend Apfelpektin zur Verfügung, vermehren sie sich und siedeln sich nachhaltig in unserem Körper an. Durch die Zufuhr von lebensfähigen Symbionten (= Probiotika) erhalten die „guten“ Darmbakterien Verstärkung. Für diese Bakterienstämme gilt auch, dass sie für ihren Stoffwechsel Sauerstoff brauchen - dies sind so genannte aerobe oder zumeist nur fakultativ anaerobe Bakterien.

## OMNi Biotic metabolic Probiotikum Beutel

90 g statt bisher LP\* 51,50 Euro

jetzt nur **40,98**



über  
**20%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Nahrungsergänzungsmittel. OMNi-BIOTIC metabolic ist ein Produkt, das speziell für Personen mit Übergewicht entwickelt wurde. OMNi-BIOTIC metabolic liefert täglich genug aktive Mikroorganismen, sodass sich die bestehenden Ungleichgewichte in Ihrem Darm ausgleichen können. Grundpreis: 45,53 Euro/100 g.

## CHARANTEA metabolic Lemongrass-Mint

20 Stück statt bisher LP\* 10,90 Euro

jetzt nur **8,98**



über  
**15%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Die Optimierung des Stoffwechsels ist - auch nach Meinung der Schulmedizin - der einzige Weg, wie man sich erfolgreich gegen Zivilisationskrankungen wie Übergewicht und seine Folgen wehren kann. Eine der interessantesten Pflanzen für die Aktivierung des Stoffwechsels ist die Momordica charantia.

## CALMALAIF\*\*

40 Stück statt bisher LP\* 11,97 Euro

jetzt nur **8,98**



über  
**20%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Förderung des Schlafes.

## BRONCHOSTOP Sine Hustensaft\*\*

200 ml statt bisher LP\* 13,95 Euro

jetzt nur **8,98**



über  
**30%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Zur Linderung von Schleimhautreizungen im Mund- und Rachenraum und damit verbundenem trockenem Reizhusten sowie zur Förderung des Abhustens bei produktivem Husten im Zusammenhang mit einer Erkältung.

## WELEDA Infludoron\*\*

10 g Globuli statt bisher LP\* 11,25 Euro

jetzt nur **7,98**



über  
**25%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Gemäß der anthroposophischen Menschen- und Naturerkenntnis. Dazu gehören: Grippeinfekte und fieberhafte Erkältungskrankheiten. Wirkstoff(e): Aconitum napellus, Bryonia cretica, Eucalyptus globulus, Eupatorium perfoliatum, Ferrum phosphoricum, Schoenocaulon officinale, Ferrum phosphoricum comp. Grundpreis: 79,80 Euro/100 g.

## Refluthin

16 Kautabletten statt bisher LP\* 6,97 Euro

jetzt nur **4,98**



über  
**20%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Mit Minzgeschmack zur Anwendung bei Sodbrennen.

## Aronia+ Kids Vitamindrops

60 Stück statt bisher LP\* 12,95 Euro

jetzt nur **9,98**



über  
**20%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Die Gummidrops mit der \*Formel beinhalten neben dem wohlschmeckenden Aroniasaft die Immunminerale Zink und Selen und dienen der Unterstützung des Immunsystems bei der Infektabwehr. Yakari, der kleine Indianerjunge, verweist auf dieser Stelle auf die lange Tradition der kleinen Beere, wurde sie doch bereits von den Urvolkern des nordamerikanischen Kontinents gesammelt und verzehrt.

## RUGARD Geschenkset Vitamin Creme+Lippenpflege

1 Stück statt bisher LP\* 15,98 Euro

jetzt nur **11,98**



über  
**20%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Vitamin Creme+Lippenpflege.

## WELEDA Neurodoron\*\*

80 Tabletten statt bisher LP\* 19,64 Euro

jetzt nur **13,98**



über  
**25%**  
gespart

Anwendungsgebiet(e): Bei nervöser Erschöpfung und Stoffwechselschwäche. Wirkstoff(e): Aurum metallicum praeparatum, Kalium phosphoricum, Ferrum-Quarz, Kalium phosphoricum comp.

**\*\*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Alle Angebote gültig bis 31. Januar 2021.**  
\*LP = Lauer-Preis. Preisangaben beziehen sich auf den Zeitpunkt der Drucklegung. Hinweis: Für rezeptpflichtige Arzneimittel gilt die gesetzliche Preisbindung. Alle Artikel nur solange der Vorrat reicht; Abgabe von Arzneimitteln nur in therapeutischen Mengen. Preisänderungen vorbehalten. Arzneimittelmissbrauch führt zu Gesundheitsschäden. Arzneimittel müssen daher unbedingt in der therapeutischen Dosierung angewandt werden! **Viele weitere Angebote finden Sie auch in unserer Apotheke.** Bioidprodukte vorsichtig verwenden. Vor Gebrauch stets Etikett und Produktinformationen lesen.