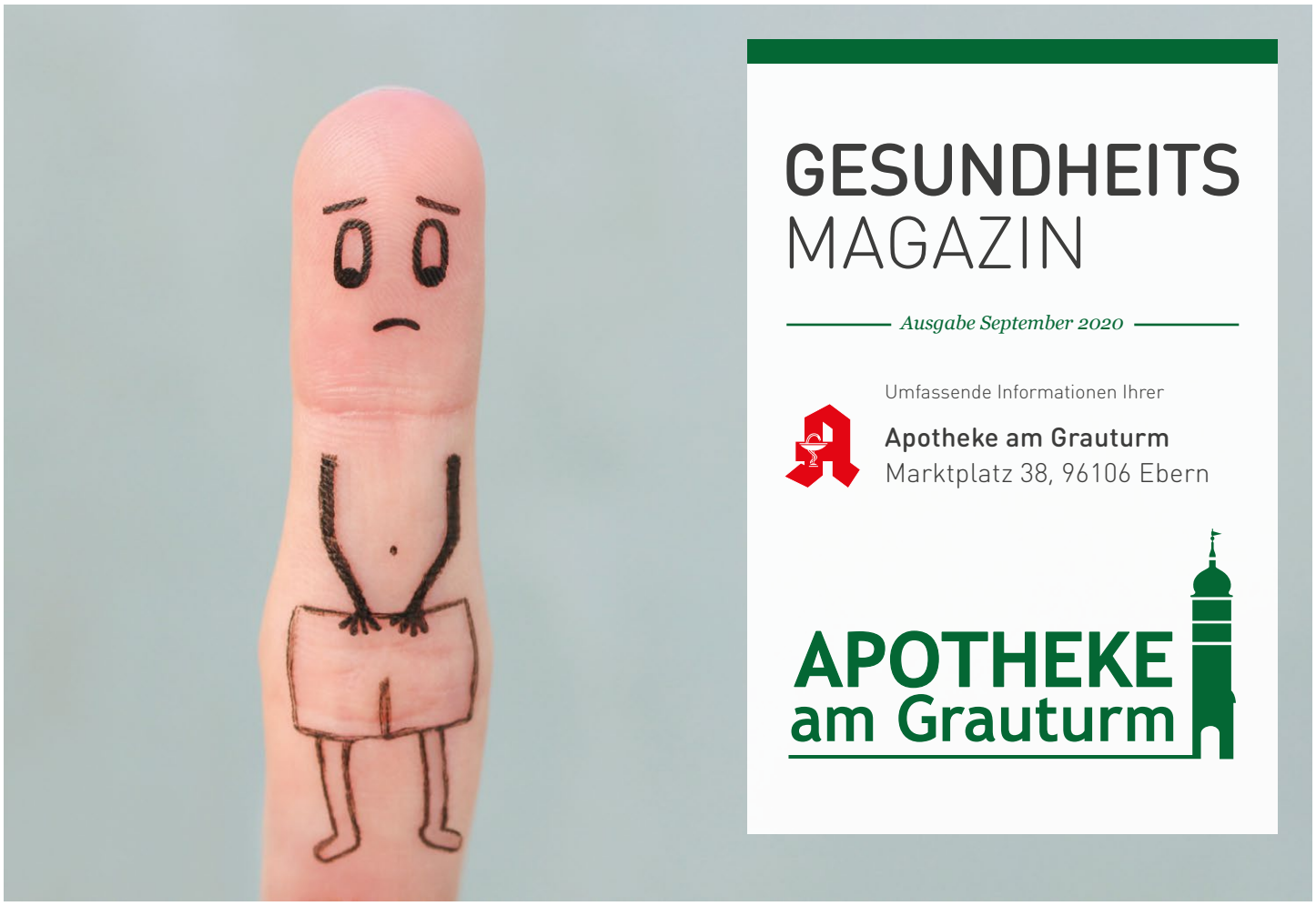


GESUNDHEITS MAGAZIN

Ausgabe September 2020

Umfassende Informationen Ihrer

Apotheke am Grauturm
Marktplatz 38, 96106 Ebern

APOTHEKE am Grauturm

Inhalt

❶ *Titelthema*
WENN BLASE ODER DARM SCHLAPP MACHEN

❷ *Artikel*
PFLEGEHILFSMITTEL EINFACH IN DER APOTHEKE BEANTRAGEN

❸ *Serie*
WELCHE IMPFUNGEN WERDEN EMPFOHLEN?

❹ *Tipp des Monats*
TRINKNAHRUNG HILFT GEWICHTSVERLUST STOPPEN

❺ *Rezept*
GESUNDER UND NAHRHAFTER ENERGIESPENDER

Titelthema

Wenn Blase oder Darm schlapp machen

Inkontinenz wirksam bekämpfen

Viele Betroffene leiden still – denn Inkontinenz ist ein Tabuthema, über das niemand gerne spricht! Dabei trifft gerade Harninkontinenz schätzungsweise bis zu 50 Prozent der Bevölkerung. Betroffene quälen sich oft jahrelang und scheuen sich, Rat und Hilfe zu suchen. Doch Abhilfe ist in den meisten Fällen möglich. Neben konservativen Methoden kann in schweren Fällen auch eine OP in Frage kommen. Die erste Anlaufstelle für einfühlsame Beratung ist die Apotheke beziehungsweise der Arzt, z. B. Urologe. Ob Dranginkontinenz, Stressinkontinenz, unbewusster oder kontinuierlicher Harnverlust, ob nach einer Prostata-OP oder bei Frauen nach der Schwangerschaft oder Menopause, allen gemeinsam ist das Gefühl der Hilflosigkeit gegenüber ungewolltem Urinabgang. Wie bei Stuhlinkontinenz unterscheidet man auch bei Harninkontinenz verschiedene Schweregrade.

Fortsetzung auf Seite 2

Angebot des Monats

orthomol immun
Trinkampullen – 30 Stück

48,48€ statt 63,35€ LVP [1,3]

Mehr Angebote finden Sie auf unserem Aktions-Blatt

Ihre Apotheker
Cornelia & Gunter Zimmerhackl

Liebe Kundinnen und Kunden,

Schulanfang ist jedes Jahr wieder aufregend, für alle Beteiligten. Diesmal wissen wir noch weniger, was uns erwartet. Zu den üblichen Themen wie Stundenplan, Lehrer, „Hefte mit oder ohne Rand" kommt diesmal die Frage: Gibt's überhaupt Schule live oder eher wieder Homeschooling wie im Sommer?

Das alles hängt von den Infektionszahlen zu Corona ab. Prof. Dr. L. Wieler vom Robert-Koch-Institut, dem Forschungsinstitut für den Gesundheitsschutz der Bevölkerung in Deutschland, weist immer wieder auf die berühmten **AHA-Regeln** *hin:*
Abstand,
Hygienemaßnahmen und
Alltagsmasken.

Um diese Maßnahmen besser einhalten zu können, haben wir extra kleine Desinfektionsmittel (wenn Händewaschen gerade nicht geht) und leichte Einmalmasken vorrätig, optimal für die Schultasche – für den Fall, dass die eigene Stoffmaske einmal zuhause liegen geblieben ist. Damit sind unsere Schüler bestens gerüstet. Natürlich eignet sich die Ausstattung auch fürs Auto oder Büro!

Fragen Sie uns gerne danach – wir in Ihrer Apotheke beraten Sie kompetent in allen Fragen rund um Ihre Gesundheit. Und: Wir liefern gerne alles zu Ihnen nach Hause – kontaktlos, sicher und zuverlässig.

Alles Gute und: Bleiben Sie gesund!

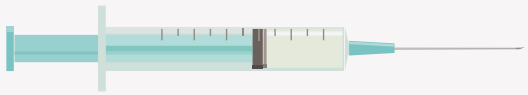
Ihr Gunter Zimmerhackl
und das gesamte Team

TEIL 08

Serie

IMPFUNGEN

WELCHE WERDEN EMPFOHLEN?



Viele Menschen wissen nicht, ob sie Impfungen auffrischen sollten oder welche neuen Impfungen derzeit empfohlen werden. Wir geben Ihnen dieses Jahr einen Überblick über wichtige Impfungen. Bei Fragen wenden Sie sich bitte einfach an Ihre Apotheke vor Ort oder an Ihren Hausarzt. Falls Sie einen Impfpass besitzen, bringen Sie diesen bitte mit.

INFLUENZA

IMPFUNG MIT EINEM INAKTIVIERTEN TOTIMPFSTOFF
(für Kinder auch zusätzlich Lebendimpfstoff verfügbar)

Was ist Influenza? Grippe (Influenza) wird durch Grippeviren übertragen. Die Ansteckung erfolgt über Tröpfcheninfektion. Auch eine Infektion über virenverseuchte Oberflächen oder Hände ist möglich. Die Inkubationszeit beträgt ein bis drei Tage. Typisch für Influenza ist ein Krankheitsgefühl, das sich plötzlich, schnell und heftig einstellt. Hohes Fieber, Schüttelfrost, Kopf- und Gliederschmerzen, Halsschmerzen und Schluckbeschwerden sind typisch. In der Regel klingen die Grippesymptome nach fünf bis sieben Tagen wieder ab. Manchmal dauert die Regenerationszeit mehrere Wochen. Bei älteren Menschen oder Personen mit Grunderkrankungen ist Influenza oft mit Komplikationen verbunden, die lebensgefährlich sein können. Gefürchtete Komplikationen sind Lungenentzündung, Mittelohrenzündung, Entzündung des Gehirns sowie die des Herzmuskels.

Wovor schützt die Influenza-Impfung? Vor der Influenza durch die in der jeweiligen Saison verwendeten Impfstoff-Virustypen.

Wie schützt die Influenza-Impfung? Die Impfung erfolgt mit dem inaktivierten Virus (von derzeit vier verschiedenen Virustypen).

Wann und wie oft muss man sich impfen lassen? Der Impfstoff wird jedes Jahr neu angepasst. Daher muss man sich jedes Jahr neu impfen lassen. Oktober bis November gelten als bester Zeitpunkt für eine Impfung. Es dauert 14 Tage, bis die Impfung wirksam ist. Ein Impfstoff kann von Jahr zu Jahr unterschiedlich gut gegen Grippeviren schützen, je nachdem, welche Virustypen am häufigsten auftreten. Doch auch wer trotz Impfung an einem Grippevirus erkrankt, hat in der Regel nur einen milden Verlauf. In Deutschland wird die Grippeimpfung mit einem Vierfachimpfstoff durchgeführt. – Der Impfstoff wird einmalig injiziert. Für Kinder und Jugendliche gibt es auch einen abgeschwächten Lebendimpfstoff als Nasenspray. Dieser wird einmalig nasal appliziert. Kinder, die erstmalig gegen Grippe geimpft werden, sollten im Abstand von vier Wochen eine zweite Impfdosis erhalten. Für Personen ab 65 Jahren gibt es einen wirkverstärkten (sogenannten adjuvanten) Wirkstoff.

Gibt es Nebenwirkungen? Als Nebenwirkungen können lokale Reaktionen an der Einstichstelle (Rötung, Schwellung o. ä.) sowie auch Frösteln, Müdigkeit oder Muskelschmerzen auftreten, die in der Regel spätestens nach wenigen Tagen abklingen.

Wer sollte sich impfen lassen?

- alle Personen ab 60 Jahren
- gesunde Schwangere ab 2. Schwangerschaftsdrittel, gesundheitlich gefährdete Schwangere ab 1. Schwangerschaftsdrittel
- Personen mit Grundleiden (z. B. Asthma, COPD, Herz-Kreislauferkrankungen, Diabetes, Multiple Sklerose, HIV, Immunschwäche)
- Bewohner von Alters- und Pflegeheimen
- Personen, die Risikopersonen betreuen
- Personen mit erhöhter beruflicher Gefährdung (z. B. medizinisches Personal, Personen in Einrichtungen mit hohem Publikumsverkehr, Personen mit Kontakt zu Geflügel oder Wildvögeln)

Kommen Sie doch einfach zu uns in die Apotheke.
Wir beraten Sie gerne zur Grippeimpfung.

Artikel

PFLEGEHILFSMITTEL EINFACH IN DER APOTHEKE BEANTRAGEN

40 € pro Monat ist für die häusliche Pflege gratis

Über drei Millionen Menschen in Deutschland sind pflegebedürftig und werden überwiegend im häuslichen Umfeld versorgt. Viele wissen es nicht: Pflegebedürftige der Pflegegerad 1 bis 5 haben einen kostenfreien gesetzlichen Anspruch auf sogenannte Pflegehilfsmittel im Wert von 40 € pro Monat. Dies gilt, wenn sie zuhause, in einer Wohngemeinschaft oder im sogenannten Betreuten Wohnen (nicht in einer Senioreneinrichtung) leben und von einer Privatperson (Angehörigem, Freund, Nachbarn) oder gemeinsam von ihr und einem ambulanten Pflegedienst betreut werden.

Arztrezept ist für den Antrag nicht nötig
Das persönliche Pflegepaket können die Pflegebedürftigen, der Pflegedienst oder ihre Angehörigen/Pflegepersonen ganz einfach über die Apotheke beantragen. Diese kümmert sich dann zügig um die Abwicklung der Kostenübernahme bei der Pflegekasse.
Die Genehmigung erfolgt in der Regel unbefristet. Man braucht hierfür kein Arztrezept. Wer möchte, kann die Zusammenstellung des Pflegepakets jeden Monat ändern.

Individuelles Pflegepaket kann man selbst zusammenstellen
Ob Mundschutz, Handschuhe, Schutzschürzen oder Bettschutzauflagen, Hand- oder Flächendesinfektion, diese kostenfreien Pflegehilfsmittel sind zum Verbrauch bestimmt. Sie dienen der Erleichterung der pflegerischen Maßnahmen. Betroffene können ihr individuelles Pflegepaket selbst nach Bedarf zusammenstellen. Produkte und Anzahl sind wählbar. Gerne berät die Apotheke zu den Auswahlmöglichkeiten und Mengen. Ein Beispielpaket könnte enthalten: 100 Einmalhandschuhe, 500 ml Handdesinfektion, 500 ml Flächendesinfektion, 100 Schutzschürzen.

Für andere Pflegehilfsmittel z. B. für Inkontinenz-Artikel ist ein Rezept des Arztes erforderlich, da diese von der Krankenkasse, nicht von der Pflegekasse, bezahlt werden.

Welche Pflegehilfsmittel können Sie kostenfrei im Wert von 40 €/ monatlich bei Ihrer Apotheke bestellen?

- Mundschutz
- Einmalhandschuhe
- Schutzschürzen
- Bettschutzauflagen
- Handdesinfektion
- Flächendesinfektion
- Fingerlinge

Was sind die Voraussetzungen?

- Pflegegrad 1 bis 5
- Zuhause wohnend oder in einer Wohngemeinschaft oder im Betreuten Wohnen (nicht in einer Senioreneinrichtung)
- Betreuung durch mindestens eine private Pflegeperson (Angehöriger, Freund, Nachbar)

TIPP

Übrigens kann man halbjährlich – ebenfalls kostenfrei – über die Pflegekasse auch eine waschbare Bettschutzeinlage erhalten.

Fragen Sie einfach persönlich oder telefonisch in Ihrer Apotheke nach der Übernahme des Antrags für Pflegehilfsmittel. Wir kümmern uns gerne darum.

Fortsetzung Titelthema

WENN BLASE ODER DARM SCHLAPP MACHEN

Inkontinenz wirksam bekämpfen

Muskeln und Nerven sorgen für kontrollierten Urinabgang Unsere Nieren produzieren fortlaufend Urin, der in die dehnbare Harnblase abgegeben und dort gesammelt wird. Bei circa 200 bis 600 Milliliter Füllung meldet sie Harndrang, doch sie kann sogar bis zu einem Liter Urin sammeln. Zahlreiche Muskeln sorgen dafür, dass der Urin erst zu einem bestimmten Zeitpunkt abgelassen wird. Die Blasenwand selbst ist mit einer glatten Muskulatur versehen. Der sogenannte innere Schließmuskel verschließt den Beginn der Harnröhre im entspannten Zustand. Der äußere Schließmuskel, der aus der Muskulatur des Beckenbodens besteht, liegt am Ende der Harnröhre. Verschiedene Nerven, die die Muskeln von Harnblasenwand und Schließmuskeln steuern, sorgen für den kontrollierbaren Abgang von Urin.

Verschiedene Schweregrade sind kennzeichnend Bei einer Harninkontinenz können verschiedene Symptome auftreten: Schwallartiger Urinabgang oder Harnträufeln, nur in bestimmten Situationen oder ständig. Bei einer sogenannten Belastungsinkontinenz (Stressinkontinenz) kommt es bei Anstrengung (z. B. Sport mit stoßweisen Bewegungen oder schwerem Tragen) oder beim Husten oder Niesen zu einem unwillkürlichen Harnabgang. Auch Harnwegsinfektionen können Inkontinenz auslösen - oder umgekehrt. Man unterscheidet bei Harninkontinenz zwischen Schweregrad 1: Harnträufeln bei plötzlichem starkem Druck im Bauchraum, z. B. beim Husten, Schweregrad 2: Harnabgang bei leichter körperlicher Betätigung wie Treppensteigen, und Schweregrad 3: Ungewollter Harnverlust beim Liegen oder in Ruhe.

Bei Frauen ist meist die Beckenbodenmuskulatur geschwächt Bei Frauen können generell Geburten zu einer Überdehnung der Beckenbodenmuskulatur führen. Die Gebärmutter liegt dann auf der Scheide und zieht die Harnblase nach unten. Die Bauchorgane drücken ständig auf die Harnblase, was die Inkontinenz bewirkt. Auch ein Östrogenmangel nach der Menopause kann bei Frauen zu ungewolltem Urinabgang führen. Bei Männern können unter anderem Prostatavergrößerung oder andere Prostataleiden Auslöser für Inkontinenz sein.

Beckenbodentraining sowohl bei Harn- wie Stuhlinkontinenz sinnvoll Abhilfe bei Harninkontinenz kann zunächst ein Trink- und Miktionstagebuch (vgl. Miktion: Harnlassen) sein. Es ist aber keine Lösung, die Trinkmenge einzuschränken, im Gegenteil: Wenn nicht anders vorgeschrieben, sollten täglich zwei Liter Flüssigkeit aufgenommen werden, um Harnwegsinfektionen zu vermeiden. Bei bestimmten Formen von Inkontinenz wird ein Blasentraining empfohlen, das die Abstände des Toilettengangs hinauszögert. Ist hingegen der Beckenboden geschwächt, profitieren Harn- und Stuhlinkontinente von Beckenbodentraining. Auch Elektrostimulation kann helfen. Gewichtsreduktion und das Vermeiden sitzender und inaktiver Lebensweise unterstützen den Beckenboden ebenfalls.

Auch Arzneimittel – schulmedizinisch wie pflanzlich – sind oft wirksam Es stehen verschiedene Therapeutika gegen Harn- und Stuhlinkontinenz zur Verfügung. Frauen wird z. B. nach der Menopause empfohlen, lokale Östrogenpräparate wie Salben oder Zäpfchen zu verwenden, um die hormonell bedingte Rückbildung von Harn- und Geschlechtsorganen zu verhindern. Auch mechanische Hilfen gegen Harninkontinenz wie Pessare zum Einführen in die Scheide und Stabilisieren der Gebärmutter sind eine Therapiemöglichkeit. Ebenso können pflanzliche Arzneimittel Unterstützung bieten. Gibt es nach einer ärztlichen Diagnose wirklich keine Abhilfe, stehen in der Apotheke spezielle Einlagen, Pants etc. zur Verfügung, die passend gekauft werden sollen, um eine gute Dichtigkeit zu gewährleisten. Sie werden als Hilfsmittel von der Krankenkasse erstattet.

Wie entsorge ich Inkontinenzprodukte richtig?

Betroffene wünschen sich eine unauffällige Entsorgung von Inkontinenzprodukten. In Toiletten dürfen sie nicht entsorgt werden, da sie im Wasser aufquellen und die Rohre verstopfen. Frauen können in Damentoiletten Hygienebehälter zum Wegwerfen benutzen. Andernfalls gibt man Einlagen und Windelhosen am besten in eine undurchsichtige Plastiktüte und trägt sie zum nächsten Mülleimer. Zuhause kann man sie ebenso in den Hausmüll entsorgen. Tipp: In einigen Städten kann man bei Vorlage eines ärztlichen Attests Vergünstigungen bei den Müllgebühren erhalten.

Nicht auf Sport verzichten!

Wichtig: Bei Inkontinenz sollte man keinesfalls auf Sport verzichten. Empfehlenswert sind Sportarten wie Schwimmen, Walken oder Yoga. Sportarten, bei denen das Körpergewicht stoßweise auf den Beckenboden stößt (z. B. Joggen), kann man vermeiden.

Fragen zur Hilfsmittelversorgung:

Alle Fragen zur Erstattung der Hilfsmittelversorgung bei Inkontinenz beantworten wir Ihnen gerne, umfassend und diskret. Sprechen Sie uns an.

Tipp des Monats

Trinknahrung hilft Gewichtsverlust stoppen

Mehr Energie und Lebensqualität tanken

TIPP:
Trinknahrung lässt sich auch einfrieren und wie **Eis am Stil** genießen.

Bestimmte Erkrankungen, höheres Alter, Medikamenteneinnahme oder auch Depressionen können die Ursache sein, warum Menschen ungewollt Gewicht verlieren: Circa 10 Prozent Gewichtsverlust während weniger Monate sind ein Alarmzeichen. Wer nicht genug Kalorien zu sich nimmt, nimmt zwangsläufig ab. Besonders problematisch ist, wenn dem Körper zu wenig Eiweiß, Vitamine und Nährstoffe zugeführt werden. Dies ist besonders im Alter ein Problem, aber auch bei bestimmten Krankheiten wie Magen-Darm-Erkrankungen, Schluckbeschwerden, Schilddrüsenproblemen oder Krebs. Die Folge können Müdigkeit, Schwindel, Schwäche, aber auch eine höhere Infektanfälligkeit und eine langsamere Heilung im Krankheitsfall sein. Untergewicht kann sogar lebensbedrohlich sein.

Eiweißmangel lässt Muskeln schwinden Gerade Eiweiß sorgt für den Aufbau von Muskeln. Isst man davon zu wenig, kommt es zu Muskelabbau und eingeschränkter Mobilität. Auch Demenz kann ein Grund sein, wieso Menschen nicht genug Nahrungsmittel zu sich nehmen. Da im Alter der Appetit nachlässt, sollte man darauf achten, regelmäßig hochwertige kalorienhaltige Nahrung zu sich zu nehmen. Wenn dies nicht möglich ist, kann Trinknahrung aus der Apotheke eine gute Möglichkeit der Nahrungsergänzung sein.

Trinknahrung neutral oder mit Geschmack erhältlich Trinknahrung kann den Gewichtsverlust stoppen und für die nötige Energie- und Nährstoffzufuhr sorgen. Man kann sie auch durch den Arzt verschreiben lassen. Die milchshakeähnliche Nahrung ist trinkfertig und enthält alle wichtigen Nährstoffe. Man kann sie auch als Pulver kaufen. Ideal ist die Trinknahrung für zwischendurch, wenn ansonsten auch normale Mahlzeiten eingenommen werden. Neben den Geschmackrichtungen Banane, Erdbeere, Schokolade, Karotte u. ä. gibt es auch eine geschmacksneutrale Variante, die man einfach in die normale Mahlzeit als Soße einrühren kann. Soll die Trinknahrung von Betroffenen gesondert geschluckt werden, bietet es sich an, eine etwas dickere Konsistenz zu wählen oder sie mit Verdickungsmittel anzureichern.

Ihre Ulrike Weber
Apothekerin

Rezept

Leckerer Nudel-Brokkoli-Auflauf mit Trinknahrung

Gesunder und nahrhafter Energiespender

Probieren Sie doch einmal dieses tolle Rezept für einen leckeren Auflauf mit 100 ml neutraler Trinknahrung aus. Sie werden sehen, dass man mit Trinknahrung wunderbar „versteckt" kochen und genießen kann ...

Kalorien pro Portion: 864 kcal
Eiweiß: 54,8 g
Fett: 34,9 g
Kohlenhydrate: 81,8 g

Zutaten:

80 g	**Nudeln, z. B. dünne Makkaroni**
100 g	**Brokkoli** (frisch oder Tiefkühl)
1	**Ei (Gr. M)**
60 g	**Gekochter Schinken,** in kleine Würfel geschnitten
100 ml	**neutrale Trinknahrung**
10 g	**Butter**
30 g	**geriebener Emmentaler 45% Fett i. Tr.**

Salz, Pfeffer, Muskat zum Würzen

So geht's:

Nudeln kochen und erkalten lassen.
Den küchenfertigen Brokkoli blanchieren und ebenfalls erkalten lassen.

Eine Auflaufform mit der Butter einfetten. Nun Nudeln, Brokkoli und Schinkenwürfel in einer Schüssel mischen und dann in die Auflaufform geben. Dann die neutrale Trinknahrung mit Ei und Gewürzen gut verrühren und diese Masse gleichmäßig über den Auflauf gießen. Den geriebenen Käse darüber streuen.

Auflauf bei ca. 160 °C 20 bis 30 Minuten backen.

TIPP: Den Brokkoli kann man auch durch Blumenkohl, Champignons oder Ähnliches ersetzen.

APOTHEKE am Grauturm

APOTHEKE AM GRAUTURM

Apotheker
Gunter Zimmerhackl e.K.

Marktplatz 38,
96106 Ebern

Telefon: 09531 - 92 33 0
Fax: 09531 - 92 33 29

info@apogt.de
www.apogt.de

NÜTZLICHE RUFNUMMERN

Rettungsdienst 112
Apothekennotdienst 0800 - 22833
Ärztl. Bereitschaftsdienst 116 - 117
Giftnotruf 089 - 19240

ÖFFNUNGSZEITEN: **Mo – Fr 8.00 – 19.00 Uhr & Sa 8.00 – 13.00 Uhr**

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. - 30.09.2020

SIE SPAREN 27%[2]

Talcid®

Kautabletten – 20 Stück

4,98€ statt 6,80 LVP[1,3]

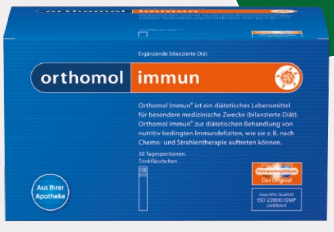
SIE SPAREN 25%[2]

Chlorhexamed® FORTE alkoholfrei

Lösung – 300 ml (3,49 €/100 ml)

10,48€ statt 14,04 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 23%[2]



orthomol immun

Trinkampullen – 30 Stück

48,48€ statt 63,35 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 31%[2]

ipalat® Halspastillen zuckerfrei

Pastillen – 40 Stück

3,98€ statt 5,79 € UVP[3,4]

SIE SPAREN 26%[2]

Pencivir® bei Lippenherpes

Creme – 2 g (349,00 €/100 g)

6,98€ statt 9,43 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 24%[2]

doc® Ibuprofen Schmerzgel

Gel – 100 g (10,98 €/100 g)

10,98€ statt 14,48 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 29%[2]

nasic®

Nasenspray – 10 ml (49,80 €/100 ml)

4,98€ statt 6,97 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 23%[2]

Traumeel® S

Tabletten – 50 Stück

8,98€ statt 11,66 € LVP[1,3]

SIE SPAREN 25%[2]

HYLO COMOD®

Augentropfen – 10 ml (109,80 €/100 ml)

10,98€ statt 14,57 € UVP[3,4]

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 15% Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl

15%

Gültig vom **01.–30.09.2020** auf einen Lagerartikel Ihrer Wahl. Ausgenommen verschreibungspflichtige Arzneimittel, gesetzliche Zuzahlungen oder bereits rabattierte Artikel. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.
Pro Person nur ein Gutschein.

Persönlich, kompetent und zuverlässig!

Meine Gesundheit überlasse ich nicht irgendwem. Ich zähle auf die **individuelle Beratung** von Fachleuten, die mich kennen. Die mich über Wechselwirkungen aufklären und mir nur das empfehlen, **was ich wirklich brauche**.

Meine Apotheke vor Ort **lotst mich sicher durch den Angebots-Dschungel**. Mein Weg zu einem gesunden Leben, das Spaß macht, führt immer über meine Apotheke.

ICH VERTRAUE DER
APOTHEKE am Grauturm

INFEKTE STOPPEN LEICHT GEMACHT!

Ab einem Einkaufswert von 20,00 €

(ausgenommen verschreibungspflichtige Medikamente und gesetzliche Zuzahlungen)

erhalten Sie ein
Sterillium Protect & Care Gel 35 ml (UVP 3,27 €)
als Geschenk. Solange Vorrat reicht!

APOTHEKERIN (M/W/D) GESUCHT!

Wenn Sie den Umgang mit Menschen lieben, freundlich, teamfähig sind und auch Ihre eigenen Ideen einbringen möchten, so passen Sie hervorragend in unser tolles Team.

Teil- oder Vollzeit, wir freuen uns auf Ihre Bewerbung !