einzulösen in Ihrer

Bahnhof-Apotheke
Bad Münstereifel

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

einzulösen in Ihrer

Bahnhof-Apotheke
Bad Münstereifel

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

einzulösen in Ihrer

Bahnhof-Apotheke
Bad Münstereifel

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

einzulösen in Ihrer

Bahnhof-Apotheke
Bad Münstereifel

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

Demenz-Vorsorge

Die Zahlen sind alarmierend: Etwa 1,5 Millionen Deutsche sind an Demenz erkrankt. Für Betroffene wird die Bewältigung des Alltags durch den Abbau der geistigen Leistungsfähigkeit immer schwieriger. Neben Gedächtnisverlust zählen bei diesem Krankheitsbild Orientierungslosigkeit, Sprachstörungen und Veränderungen der Persönlichkeit zu den typischen Symptomen. Alzheimer ist mit 70% die häufigste und bekannteste Form der Demenz. Bluthochdruck, Rauchen, Diabetes mellitus, überhöhte Blutfettwerte, Übergewicht oder ein chronisches Ungleichgewicht im Säure-Basen-Haushalt können die Entstehung von Demenz langfristig begünstigen. Die folgenden 6 ganzheitlichen Tipps geben keine Gesundheits-Garantie, beeinflussen jedoch die Gehirnfunktion positiv.

6 x aktiv gegen das Vergessen

1. Vitamin D-Status in unserer Apotheke überprüfen. Das Sonnenvitamin unterstützt wichtige Prozesse im Gehirn, die gefährliche „Ablagerungen" beseitigen.

2. Ölen Sie Ihren „Gedächtnis-Motor" mit wertvollen Omega-3-Fettsäuren. Diese tragen zu einer normalen Gehirnfunktion bei.

3. Füllen Sie Ihre körpereigenen Speicher mit dem Anti-Demenz-Trio Vitamin B6, Vitamin B12 und Folsäure. Diese entschärfen das giftige Stoffwechselprodukt Homocystein im Körper.

4. Das Gehirn reagiert empfindlich auf „oxidativen" Stress durch freie Radikale. Schützen Sie sich mit natürlichen Radikalfängern.

5. Chronische Schwermetall-Belastungen frühzeitig aufdecken. Insbesondere Aluminium steht im Verdacht, Alzheimer zu begünstigen. Fragen Sie unser Apotheken-Team nach den Möglichkeiten.

6. Halten Sie Ihr Gehirn mit Schach, Lesen oder Memory aktiv und bauen Sie regelmäßige Bewegungseinheiten in Ihren Alltag ein.

Darmgesundheit, Säure-Basen-Haushalt, Ausleitungs-Kur

Der ganzheitliche Allergie-Vorsorge-Trupp

Frühlingsgefühle: Nur noch wenige Wochen, dann laden Natur und Sonnenschein ENDLICH wieder zum Verweilen ein. Für den Allergiker wird dieser unbeschwerteGenuss jedoch schnell zum Albtraum. Tränende und juckende Augen, geschwollene Lider, Schnupfen und Niesreiz bis hin zu Magen-Darm-Problemen quälen Heuschnupfen-Geplagte in dieser eigentlich traumhaft schönen Jahreszeit. Durch Klimaveränderungen schicken die Bäume ihren ersten Blütenstaub inzwischen bereits im Januar oder Februar auf Flugreisen. Umweltbelastungen verstärken diesen Effekt. Wissenschaftler vermuten hinter der „Doppelbelastung" aus Pollen und Feinstaub die gestiegene Anzahl an Allergikern.

Das *natürlich*-Vorsorge-Programm: Neben der akuten Therapie zur Linderung von Beschwerden heißt es jetzt: Stärkung des Immunsystems als Basis für Allergiker! Am besten bereits bevor der erste große Pollen-Angriff ins Rollen kommt. Leber, Galle und vor allem Darm (= 80% des Immunsystems!) rücken ins Zentrum der Aufmerksamkeit. Ist der Darm intakt und funktionsfähig, können überschießende Immun-Reaktionen auf allen Haut- und Schleimhautbereichen spürbar gesenkt werden. Unterstützen Sie Ihren Organismus zusätzlich mit einer guten Basenversorgung. Das wirkt einer Übersäuerung des Bindegewebes (zu viel Fleisch, Wurst oder Zucker) entgegen. Natürliche Ausleitungsmaßnahmen sind ganzheitlich gesehen die erste Wahl, um Leber, Niere, Haut, Schleimhaut und Lymphsystem zielgerichtet zu unterstützen. Besuchen Sie uns JETZT in der Apotheke zum persönlichen Allergie-Vorsorge-Gespräch.

Sie sind über 60 Jahre alt oder Chroniker und haben von Ihrer Krankenkasse **Coupons** zur Abholung von **FFP2-Masken** per Post erhalten?

Ihre Masken bekommen Sie hier bei uns!

1. Coupon

Den **ersten Coupon** für sechs Masken können Sie in der Zeit vom **1. Januar bis 28. Februar** bei uns einlösen.

2. Coupon

Den **zweiten Coupon** für sechs Masken können Sie in der Zeit vom **16. Februar bis 15. April** bei uns einlösen.

Für jeden Coupon gilt eine Zuzahlung von 2 Euro.

Lückenbach bahnhof apotheke

Ihre Kompetenz Apotheke.

Apothekerin Karin Lückenbach e.K.
Kölner Straße 7 • 53902 Bad Münstereifel
Tel: 0 22 53/84 80 • Fax: 0 22 53/65 94
bahnhof@apo-bam.de • www.apo-bam.de

Unsere Öffnungszeiten:

Mo – Fr:	08.00 – 18.30 Uhr
Sa:	09.00 – 13.00 Uhr

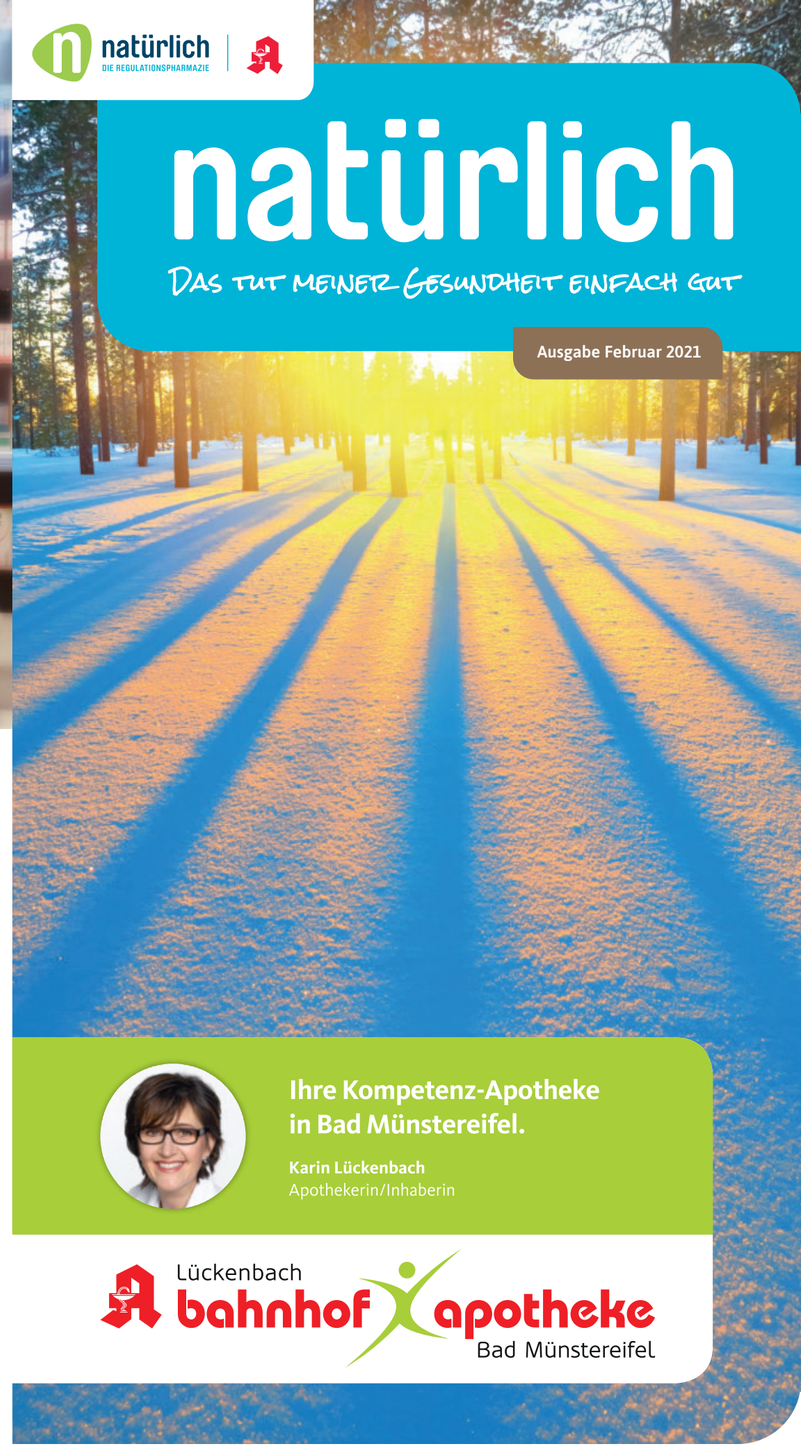
338-V7_4c+9.250-2

natürlich
DIE REGULATIONSPHARMAZIE

natürlich

DAS TUT MEINER GESUNDHEIT EINFACH GUT

Ausgabe Februar 2021



Ihre Kompetenz-Apotheke in Bad Münstereifel.

Karin Lückenbach
Apothekerin/Inhaberin

Lückenbach bahnhof apotheke
Bad Münstereifel

www.apo-bam.de

Liebe Leserinnen und Leser,

am 17. Februar ist Startschuss für die diesjährige Fastenzeit. „Gefastet" wird – wer es genau nehmen will – von Aschermittwoch bis Karsamstag, also 46 Tage. Da die Sonntage nicht mitgezählt werden, spricht man von „40 Tagen Fastenzeit". Nicht nur gläubige Christen nutzen diese Zeit für eine persönliche Entschlackungs-Kur mit dem Ziel, sich zu besinnen und ein bewussteres Leben zu führen. Der eine lässt in dieser Zeit das Gläschen Wein oder die Tafel Schokolade am Abend weg. Der andere entzieht sich dem Konsumwahn. Eventuell werden Dauerberieselung durch TV und Internet reduziert.

unser natürlich-Tipp

Jetzt Energiereserven auffüllen und den Körper von unnötigem Ballast befreien: Heilfasten reinigt den Körper von innen, steigert Wohlbefinden und Vitalität und kann einen positiven Effekt unter anderem bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Bluthochdruck, Diabetes, Allergien und Rheuma erzielen. Gerne begleiten wir Sie durch Ihre persönliche Fasten-Zeit.

Oder Sie möchten lieben Menschen eine Freude machen und schenken ihnen täglich ein ansteckendes Lächeln. Inzwischen gibt es auch eine Reihe von Organisationen, die zum gemeinsamen Auto- oder Klimafasten aufrufen. Wofür Sie sich auch immer entscheiden, es ist Ihre Zeit. Zeit für sich und Ihre Gesundheit, Zeit zur Besinnung und zum Wohlfühlen.

Herzliche Grüsse

Karin Lückenbach
Apothekerin/Inhaberin

Petra Teutsch
Apothekerin/Filialleiterin

Anzeige

Zahl der Atemwegsinfekte senken

Ständig wiederkehrende Entzündungen der Bronchien oder Nasennebenhöhlen sind im Winter weit verbreitet. Hier ist vorbeugen angesagt – mit lebenden Bakterien. Das bewährte Arzneimittel Symbioflor® 1 kann die Rückfallrate bei den Atemwegserkrankungen Bronchitis und Sinusitis deutlich verringern, wie Studien gezeigt haben. Mehr unter symbiopharm.de

Symbioflor 1 Tropfen zum Einnehmen, Suspension. Wirkstoff: Enterococcus faecalis-Bakterien. Anwendungsgebiete: Zur Verminderung der Rezidivrate bei wiederkehrenden Infektionen der oberen und unteren Atemwege, besonders bei Entzündungen der Nebenhöhlen (Sinusitis) und der Bronchien (Bronchitis). Warnhinweis: Enthält Lactose und Glucose. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

Anzeige

Das Naturtalent für Ihr Immunsystem

DE-ÖKO-003

Gerade jetzt sind unsere Abwehrkräfte gefordert und es ist besonders wichtig, das Immunsystem zu unterstützen. Doch im hektischen Alltag ist es nicht immer leicht, ausgewogen und gesund zu essen und genügend Vitamine aufzunehmen. In solchen Fällen ist das Multi-Vitamin Energetikum eine perfekte Ergänzung. Es unterstützt mit natürlichem Vitamin C aus der Acerola-Kirsche und Vitamin D3 optimal das Immunsystem und enthält mit den Vitaminen A, B1, B2, B3, B6 und E sechs weitere wichtige Vitamine für unsere Vitalität und Gesundheit. Mit 0% künstlichen Zusatzstoffen und 100% Bio-Kräutern & Bio-Früchten ist es das ideale Produkt für die ganze Familie. Da die Inhaltsstoffe in flüssiger, gelöster Form vorliegen, sind sie schnell verfügbar.

Eine gesunde Lebensweise und eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung sind wichtig für Ihre Gesundheit.

338-V7_4c-9.250-2

Ohren-AUA!

Akute Hilfe & Grenzen der Selbstmedikation bei akuter Ohrenentzündung!

Ein schwaches Immunsystem, Allergien oder vergrösserte Rachenmandeln sind mögliche Risikofaktoren.

Stechende pulsierende Schmerzen und ein heftiges Druckgefühl vermiesen uns die Laune, dazu Kopfschmerzen und Übelkeit. Vor allem unsere Kleinsten kennen diese unangenehmen Beschwerden aus dem Effeff. Die medizinische Diagnose: Mittelohrentzündung! Auslöser ist in vielen Fällen eine Erkältung mit Schwellung der nasalen Schleimhäute. Für Viren oder Bakterien die beste Voraussetzung, bis ins Ohr vordringen zu können. Kennen Sie die effektivsten naturheilkundlichen Maßnahmen, durch die quälende Schmerzen schnell gelindert werden können?

Für den Ohren-Akutfall: Vermeiden Sie starkes Schnäuzen! Das presst sonst die Erreger weiter ins Mittelohr. Nasenspülungen und Nasentropfen mit Meersalz sorgen für eine sanfte Befeuchtung der geschädigten Schleimhäute. Tropfen Sie etwas japanisches Heilpflanzenöl auf einen Wattebausch und geben diesen ins Ohr. Insbesondere Wärmebehandlungen (z.B. mit einer Rotlichtlampe) sorgen für sofortige Linderung. Eine Mischung aus Eisenkraut, Enzianwurzel, Sauerampfer, Holunderblüten und Schlüsselblumen säubert die Schleimhäute und entfernt Sekrete. Speziell abgestimmte Schüßler-Salze können das Beschwerdebild ebenfalls verbessern. Gerne beraten wir Sie im Akutfall telefonisch, auch über die Grenzen der Selbstbehandlung.

Zwiebelsäckchen bei Ohren-AUA

Bei Mittelohrentzündung hat sich die Zwiebel bereits seit Jahrhunderten bewährt. Ihre Dämpfe wirken schmerzlindernd und reduzieren die Entzündung. Dazu 1 bis 2 Zwiebeln etwa 2 Minuten kochen und anschließend fein hacken. Diese in ein Tuch oder einen Waschhandschuh füllen und den Inhalt kräftig ausquetschen. Legen Sie das Säckchen auf das erkrankte Ohr und packen einen warmen Leinenwickel darüber. Diesen mit einem Stirnband oder einer Mütze fixieren. Das Zwiebelsäckchen kann 30 bis 60 Minuten auf dem schmerzhaften Ohr verbleiben.

natürlich Ausleiten

Täglich wird unser Organismus mit einer Vielzahl an Fremdstoffen aus der Luft, über die Nahrung oder durch Hautkontakt konfrontiert. So finden sich in industriell gefertigten Lebensmitteln nicht selten verschiedene Pestizide, Farb- und Konservierungsstoffe. Trinkflaschen enthalten ungesunde Weichmacher. In der Wohnung machen sich Holzschutzmittel oder Insektizide aus Möbeln und Teppichen breit. Aluminium kann sich aus Alufolie oder Kochgeschirr lösen. Gesunder Fisch hat auf seiner Reise durch den Ozean Quecksilber aufgesammelt und auch Zahnfüllungen aus Amalgam sind keine Seltenheit.

Daneben steht der Körper in ständigem Austausch mit seiner Umgebung. Substanzen werden von außen aufgenommen und im Stoffwechsel verarbeitet. Hierbei entstehen "Abfallprodukte", die mithilfe unserer Ausscheidungsorgane wieder „entsorgt" werden. Die Gefahr: Der Organismus kann die Schadstoff-Flut irgendwann nicht mehr bewältigen. Fremdstoffe werden in der Folge vermehrt in Organen und Bindegewebe eingelagert und die Gefahr von Befindlichkeitsstörungen bis hin zu ernsten Erkrankungen steigt mit zunehmender Belastung.

Die gute Nachricht: Mithilfe unterstützender Maßnahmen werden die Ausscheidungs-Trupps in Leber/Galle/Darm, Niere, Haut und Lymphsystem gezielt aktiviert.

Ein ganzheitlicher Ausleitungsplan besteht im Wesentlichen aus drei wichtigen Komponenten:

1. Regulation des Säure-Basen-Haushalts zur Entsäuerung des Bindegewebes.

2. Ausleitung von Stoffwechselabfällen und Schlacken (z.B. mit spagyrischen, homöopathischen oder pflanzlichen Helfern).

3. Gezielte Ergänzung durch Einnahme von Spurenelementen, Antioxidantien und Co.

Hier lesen Sie mehr über die Regulationspharmazie® (Einfach Code scannen oder https://www.natuerlich-netzwerk.de/regulationspharmazie)

Während einer Ausleitungs-Kur ist es zudem wichtig, auf eine vollwertige gesunde Ernährung zu achten und Genussgifte wie Alkohol oder Zigaretten zu meiden. Nehmen Sie außerdem ausreichend Flüssigkeit zu sich, am besten 2 bis 3 Liter stilles Wasser oder spezielle Ausleitungs- und Stoffwechseltees (z.B. Brennnessel, Pfefferminz, Löwenzahn, Schafgarbe). Sauna, Massagen und Wechselduschen regen die Durchblutung an und regelmäßiger Ausdauersport bringt den Stoffwechsel auf Trab.

Tipp: Ganzheitliche Darmregulation als ideale Kombi zur Ausleitungs-Kur

Anzeige

Natürliche Ausleitung von Schadstoffen

Das PHÖNIX® Ausleitungskonzept besteht aus vier spagyrischen Arzneimitteln, die nach einem festen Schema eingenommen werden. Tipp: Während der Ausleitung möglichst auf Genussmittel und Produkte mit übermäßigem Zuckeranteil verzichten und achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Eine ausgeglichene Lebensweise unterstützt zudem die körpereigene Regulationsfähigkeit. Mehr Infos in Ihrer *natürlich*-Apotheke.

PHÖNIX Silybum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 30 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223702), 100ml (PZN 4223719). PHÖNIX Solidago spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 25 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223725), 100ml (PZN 4223731). PHÖNIX Urtica-Arsenicum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 28 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223949), 100ml (PZN 4223955). PHÖNIX Thuja-Lachesis spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 32 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223837), 100ml (PZN 4223895). **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilagen und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.**

natürlich sparen
Gutschein
15% Rabatt
gültig vom 1.-14. Februar 2021
*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

natürlich sparen
Gutschein
15% Rabatt
gültig vom 15.-28. Februar 2021
*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

natürlich sparen
Gutschein
15% Rabatt
gültig vom 1.-15. März 2021
*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

natürlich sparen
Gutschein
15% Rabatt
gültig vom 16.-31. März 2021
*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite