

Ob zur Stärkung des Immunsystems, zur Verbesserung Ihres Wohlbefindens oder zur Unterstützung spezifischer gesundheitlicher Anforderungen – Orthomol bietet für jeden etwas. Kommen Sie vorbei und erfahren Sie, wie Orthomol Ihnen helfen kann, Ihr Gleichgewicht und Ihre Vitalität zu fördern. **Am Aktionstag erhalten Sie 15% auf alle vorrätigen Orthomol-Produkte.**



**Prof. Nox erklärt: Woher kommt Halloween?!**

Der Brauch stammt aus Irland. Die Kelten feierten an diesem Tag ihre Ernte und den Beginn der kalten Jahreszeit. Allerdings bestand an diesem Tag der Kontakt zum "Reich der Toten". Böse Geister kamen hervor und suchten sich aus, wer im kommenden Jahr sterben würde. Um diese Geister abzuschrecken, verkleideten sich die Leute und stellten gute Gaben vor die Haustür, um sie zu besänftigen!



**Erkrankungen im Zahn- und Mundbereich (Teil 1)**

Homöopathische Arzneimittel haben sich vielfach bewährt im Zusammenspiel mit zahnärztlichen Behandlungen. Sie eignen sich bei Beschwerden und Entzündungen im Bereich der Mundschleimhaut, bei Zahnfleischerkrankungen sowie zur Nachbehandlung von zahnärztlichen Eingriffen.

**Nux vomica D 6 - Brechnuss**

Es ist ein geeignetes Mittel bei unspezifischen Zahnschmerzen bzw. Reizzuständen nach Zahnplombierung. Auch ist es das geeignete Mittel bei einem Würgereiz, der durch Zähneputzen ausgelöst wird. **Dosierung:** Erwachsene 3mal täglich 5 Globuli, Kinder je nach Alter bis 6 Jahre 3mal täglich 2 bis 5 Globuli für einige Tage, sonst sollte der Zahnarzt aufgesucht werden.

**Phosphorus D12 - Phosphor**

Es ist in der Homöopathie eines der wichtigsten Mittel bei anhaltenden Blutungen (Zahnfleisch, auch Nasenbluten). Nach ärztlicher Abklärung kann Phosphorus D12 eine rasche Besserung und Blutstillung bewirken. Es kann bei Patienten eingesetzt werden, die Blutverdünner nehmen, da es die Blutgerinnung nicht beeinflusst. **Dosierung:** Erwachsene am ersten Tag 3 bis 4mal täglich 5 Globuli, ab dem zweiten Tag 2mal täglich 5 Globuli für einige Tage

**Borax D6 - Natriumtetraboracidum**

Es ist ein sehr gutes Mittel gegen das Auftreten von Aphten im Mund (Bläschenausschlag) und Geschwürlbildung im Mund. Die weißrunden Bläschen können auch als Unverträglichkeitsreaktion auf Prothesenhilfsmittel auftreten. **Dosierung:** Erwachsene 3mal täglich 1 Tablette oder 5 Globuli, Kinder je nach Alter 3mal täglich 2 bis 5 Globuli. Eine unterstützende Behandlung mit der Echinacea Mundspüllösung wird empfohlen.

**Hydrastis canadensis D 6 - Gelbwurz**

Infolge von Chemo- oder Bestrahlungstherapie zeigt sich häufig die Mundschleimhaut mit entzündeten Stellen, die oft weißlich-blass verändert sind. Der Mund ist trocken mit bitterem Geschmack, Aufstoßen und Bauchschmerzen rechtsseitig. **Dosierung:** Erwachsene 3mal täglich 5 Globuli, Kinder 3mal täglich 2 bis 5 Globuli.

**Die Einnahme der Homöopathie erfolgt immer zwischen den Mahlzeiten.**

**Lassen Sie sich in unseren Apotheken beraten! Bei unklarem Krankheitsbild gehen Sie bitte zum Zahnarzt oder Arzt.**

Obere Apotheke am Günzburger Markt  
Marktplatz 7, 89312 Günzburg  
Telefon: 08221 / 80 25  
E-Mail: obere@kompetenzapotheken.de  
Geöffnet: Mo. - Fr.: 8 - 18:30 Uhr, Sa.: 8 - 12:30 Uhr

Apotheke im Ärztehaus  
Lindenaallee 4, 89312 Günzburg  
Telefon: 08221 / 36 74 30  
E-Mail: aerztehaus@kompetenzapotheken.de  
Geöffnet: Mo. - Fr.: 8 - 19 Uhr, Sa.: geschlossen

Apotheke am Stadtbach  
Am Stadtbach 19, 89312 Günzburg  
Telefon: 08221 / 204 18 28  
E-Mail: stadtbach@kompetenzapotheken.de  
Geöffnet: Mo. - Fr.: 8 - 19 Uhr, Sa: 8:30 - 13:30 Uhr

**Heilpflanze 2024**

**Schwarzer Holunder – Sambucus nigra**

Höchstwahrscheinlich kennen Sie den Holunder aus sommerlichen Getränken wie Hugo oder Holunderschorle, doch wussten Sie auch, dass der Schwarze Holunder (Sambucus nigra) seit jeher als starke Heilpflanze genutzt wird? Vor allem Holunderblüten haben als Tee getrunken viele heilende Wirkungen.

Holunderblüten wirken schleimlösend, immunstimulierend und entzündungswidrig, woraus sich die Hauptwirkung bei Erkältungskrankheiten wie Husten und Schnupfen ergibt.

Auch die Holunderbeeren sind antiviral, immunstärkend, entzündungshemmend und enthalten besonders viel Vitamin C.

Wenn Sie Fragen zu Arzneitees oder Phytotherapie haben, stehen wir Ihnen in unseren Apotheken jederzeit gerne zur Verfügung.

Weitere Informationen zu unseren Aktionen und über unsere Apotheken finden Sie unter: [www.kompetenzapotheken.de](http://www.kompetenzapotheken.de)



**Oktober 2024**

Unsere Topangebote für Sie gültig vom 28.09.24 - 12.10.24

**ratiopharm**  
**Paracetamol-ratiopharm® 500 mg Tabletten**  
Bei Fieber und Schmerzen  
Dosisanpassung beachten!  
Wirkstoff: Paracetamol

**nur € 2,98**  
Für Kinder ab 4+ Jahren  
Paracetamol Ratiopharm® 500 mg \*  
20 Tabletten\*\* (100 St. = 14,90 €)





## Welt-Vegetarier-Tag

am 01.10.2024 feiern wir die fleischlose Ernährung

Mittlerweile ernähren sich mehr als sieben Millionen Menschen in Deutschland vegetarisch, also essen kein Fleisch. Dabei können die Gründe ganz unterschiedlich sein, denn diese Ernährungsform hat viele Vorteile:



### ... für die eigene Gesundheit:

Menschen, die vegetarisch leben, haben günstigere Blutfettwerte und ein geringeres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Sie leiden seltener an den typischen Volkskrankheiten wie Übergewicht, Diabetes und Bluthochdruck.

Bei Vegetariern ist die Krebssterblichkeit niedriger als bei Fleischessern.



### ... der Umwelt zuliebe:

Durch den Verzicht auf Fleisch können wir unsere ernährungsbedingte CO<sub>2</sub>-Emission um ca. 30% senken. Außerdem können wir unseren sogenannten Wasser-Fußabdruck verkleinern: Im Vergleich mit einem Kilo Nüsse, für dessen Produktion etwa 5.000 Liter Wasser verbraucht werden, benötigt man für ein

Kilo Rindfleisch 15.400 Liter Wasser. Gemüse- und Obstsorten wie Kartoffeln, Karotten und Salat verbrauchen je Kilo hingegen unter 250 Liter Wasser.



### ... zum Tierwohl:

Nicht zuletzt steht die ethische Frage im Raum, inwieweit die heutige Massentierhaltung noch vertretbar ist. Tiere, die für die Lebensmittelproduktion geboren und aufgezogen werden, leiden oft unter grausamen Lebensbedingungen und sterben nicht selten, bevor sie überhaupt im Schlachthof ankommen.



Die Umstellung auf eine vegetarische Ernährung kann ganz einfach sein. Es gibt so viele köstliche vegetarische Rezepte. Aber auch bei gelegentlichem Fleischkonsum machen sich die oben beschriebenen Vorteile bemerkbar. Das wäre doch einen Versuch wert!

## Kompetent, auch im Preis!



nur € 2,98  
Paracetamol Ratiopharm® 500 mg \* 20 Tabletten\*\* (100 St. = 14,90 €)



nur € 10,98  
Meditonsin® Tropfen \* 35 g Mischung zum Einnehmen (100 g = 31,37 €)



nur € 8,78  
Corneregel® Augengel\* 10 g (100 g = 87,80 €)



nur € 77,98  
Ginkobil® Ratiopharm 120 mg \* 120 Filmtabletten (100 St. = 64,98 €)



nur € 12,48  
WICK ZzzQuil® Gute Nacht 30 St. (100 St. = 41,60 €)



nur € 10,98  
ELACVITAL® Vitamin A bis Z mit Lutein 60 Filmtabletten (100 St. = 18,30 €)



nur € 11,48  
GeloMyrtol® forte \* 20 Kapseln (100 St. = 57,40 €)



nur € 12,78  
Imupret N® 50 Dragees \* (100 St. = 25,56 €)



nur € 8,48  
Prospan® Hustenliquid \* 2l x 5 ml Lösung z. Einnehmen (100 St. = 40,38 €)



nur € 9,98  
Hametum® Hämorrhoiden Zäpfchen \* 10 Stück (100 St. = 99,80 €)



nur € 16,28  
Neobianacid® 45 Lutschtabletten (100 St. = 36,18 €)



nur € 3,98  
Nasenspray-ratiopharm® für Erwachsene \* 10 ml (100 ml = 39,80 €)



nur € 22,48  
Neurexan® \*\* 100 Tabletten



nur € 7,98  
Vigantol® 1.000 I.E. Vitamin D3 \* 100 Tabletten



nur € 8,98  
Synofen® \*\* 500 mg/200 mg 20 Tabletten (100 St. = 44,90 €)

Steigern Sie Ihre Geisteskraft mit Gehirnjogging.

Neben anderen Übungen helfen Sudoku und Kreuzwörterrätsel dabei, Ihren Geist zu trainieren. Optimal wäre es, sich zweimal pro Tag Zeit für verschiedene Denksportaufgaben zu nehmen. Einmal vormittags und einmal nachmittags absolviert, halten diese Aufgaben Ihr Gehirn und somit auch Ihren Körper fit.

## Sudoku

Gehirnjogging für Zahlenliebhaber

		7		4				1
			9		5	3		6
6			1		8		5	4
7		4					6	
				6			7	
8	6	5	7	9			4	
5					2			
		3	4		7	6	1	
4	2		3	9	5	8		

Lösungen der Rätsel der letzten Ausgabe:

3	7	8	4	2	1	9	5	6
9	1	5	8	6	7	3	2	4
6	4	2	5	3	9	7	8	1
5	6	9	7	1	2	8	4	3
1	8	4	3	5	6	2	7	9
7	2	3	9	4	8	6	1	5
2	9	1	6	8	4	5	3	7
8	5	6	1	7	3	4	9	2
4	3	7	2	9	5	1	6	8

Lösungswort: DRACHEN

	H		E					
B	A	R	I	M	A	G	D	
M	O	N	T	A	G	E		
B	F	Y	A	R	D			
B	R	E	A	K	T	I		
A	N	M	A	C	H	E	N	
T	U	E	G	O				
T	E	R	M	A				
V	E	N	E	K	O	L	A	
G	E	N	I	A	L	M		
Z	E	I	T	I	D	E		
L	E	L	E	V	I	N		

## Kreuzwörterrätsel

für Wortakrobaten

1	2	3	4	5	6
---	---	---	---	---	---

kurze Unterhose (engl.)	Abk. für Landeskriminalamt	unterbrechen, pausieren	griechischer Hirten-gott	starke Hitze	Stachel-tier	Hochruf
			Anfang			
Junge, Bub					musika-lisches Werk	poe-tisch: Irland
dt. Schau-spieler:in: ... Elsner	früherer türki-scher Titel	Wind am Garda-see	Norm-zahl je Golfloch			
See-manns-ruf			Heimat des Odysseus	preis-geben; spenden		
Truppen-standort						
					hügel-frei, flach	frühere Längs-einheit
ritterlich, betont höflich	Ausruf d. Freude, Lustig-keit	rückbez. Fürwort (1. Pers. Plural)	Treib-Gärungs-mittel			
land-wirt-schaftl. Gerät						
			Manns-bild, Bursche			
falls: sobald	Zeit-raum; Abstand					

Unsere Angebote sind mit Preisgarantie! Jeden Monat stellen wir für Sie besondere Angebote zusammen, bei denen Sie noch mehr sparen und somit doppelt profitieren. Wir garantieren Ihnen den günstigsten Preis dieser Angebotsartikel. Sollten Sie jedoch innerhalb einer Woche nach Kauf bei uns den Angebotsartikel in einer anderen Apotheke im Landkreis Günzburg billiger bekommen, erstatten wir Ihnen die Differenz zum Kaufpreis zurück bzw. bieten Ihnen den Artikel zum reduzierten Preis an (nur gegen Vorlage des Kassensbons).

Angebote gültig bis 12.10.2024. \*Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. \*\* Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben. Nur solange der Vorrat reicht, nur in haushaltsüblichen Mengen. GP-Preisangabe (Preise in Klammern) entsprechend dem Grundpreis lt. gesetzlicher Vorgabe. Irrtümer vorbehalten. Produktbilder sind Beispieldarstellungen. Für Druckfehler keine Haftung. i.A. Jan Jand Apotheker e.K.