

# Gut beraten – Geld gespart!

# Festliche Preise



## BRÜCKEN-APOTHEKE APOTHEKE 49

Brücken-Apotheke Mühlhausen, Brückenstraße 30, Telefon: 0 36 01 / 46 52-0  
Adler-Apotheke Mühlhausen, Wanfrieder Straße 125, Telefon: 0 36 01 / 44 43 11  
Brücken-Apotheke Bad Langensalza, Marktstraße 17, Telefon: 0 36 03 / 89 53 40

**Olivenöl Gesichtspflege**  
50 ml  
~~10,20 €\*\*~~  
**6.49 €** **36% gespart**

Bei trockener und empfindlicher Haut

100 ml = 12,98 €

**Olivenöl Körperbalsam**  
250 ml  
~~10,20 €\*\*~~  
**6.49 €** **36% gespart**

Mit Vitamin E und Shea Butter

100 ml = 2,60 €

**Eucerin® Anti-Age Hyaluron-Filler Serum-Konzentrat**  
6 x 5 ml  
**21.99 €** **Sparpreis**

Intensiv faltenauffüllendes Serum-Konzentrat

100 ml = 73,30 €

**Doppelherz® System Glucosamin Kapseln 700**  
60 Kapseln  
~~26,95 €\*\*~~  
**19.99 €** **26% gespart**

Unterstützt die Gesundheit und das Wohlbefinden des Körpers

**Doppelherz® Vital Tonikum Herz-Kreislauf\***  
500 ml  
**9.99 €** **Sparpreis**

Stärkt Herz und Kreislauf bei nervlicher Belastung mit der Naturkraft der Kräuter

1000 ml = 19,98 €

Doppelherz® Vital-Tonikum; Anwendungsgebiete: Traditionell angewendet zur Unterstützung der Herz-Kreislauf-Funktion bei nervlicher Belastung.

**Klosterfrau Melisengeist\***  
235 ml  
**12.99 €** **Sparpreis**

Enthält 79 Volumen-% Alkohol; Packungsbeilage beachten!

**Vita Gerin®\***  
100 Kapseln  
~~36,65 €\*\*\*~~  
**26.99 €** **26% gespart**

Zur Besserung des Allgemeinzustands

Vita Gerin®; Anwendungsgebiete: Traditionell angewendet zur Besserung des Allgemeinzustands. Diese Angaben beruhen ausschließlich auf Überlieferung und langjähriger Erfahrung.

**Lebe Fieberthermometer**  
1 Stück  
**2.99 €** **Sparpreis**

Unentbehrlich in jeder Hausapotheke

**Allgäuer Latschenkiefer® Franzbranntwein\***  
500 ml  
~~15,95 €\*\*~~  
**11.99 €** **25% gespart**

Zur Förderung der Hautdurchblutung

1000 ml = 23,98 €

Allgäuer Latschenkiefer® Franzbranntwein; Anwendungsgebiete: Zur Förderung der Hautdurchblutung.

**Optovit® fortissimum 500 I.E.\***  
100 Weichkapseln  
~~35,95 €\*\*\*~~  
**22.99 €** **36% gespart**

Bei Vitamin E-Mangel

Optovit fortissimum 500 I.E.; Wirkstoff: RRR-α-Tocopherol (Vitamin E); Anwendungsgebiete: Optovit fortissimum 500 wird angewendet zur Behandlung eines Vitamin-E-Mangels.

**Kwai® forte 300 mg\***  
180 Dragees  
~~26,35 €\*\*~~  
**16.99 €** **36% gespart**

Zur Vorbeugung der allgemeinen Arterienverkalkung

Kwai® forte 300 mg; Wirkstoff: Knoblauchzwiebel-Pulver; Anwendungsgebiet: Zur Vorbeugung der allgemeinen Arterienverkalkung (allgemeine Arteriosklerose).

**Sanostol® Multi-Vitamin Saft**  
230 ml  
~~8,95 €\*\*\*~~  
**6.99 €** **22% gespart**

Zur gezielten Versorgung mit lebenswichtigen Vitaminen und zum Erhalt der Abwehrkräfte

100 ml = 3,04 €

**Voltaren® Schmerzgel\***  
150 g  
~~15,90 €\*\*\*~~  
**9.99 €** **37% gespart**

Entzündungshemmendes, schmerzstillendes Mittel zum Einreiben

100 g = 6,66 €

Voltaren® Schmerzgel; Wirkstoff: Diclofenac, Diethylaminsalz; Anwendungsgebiete: Zur äußerlichen Behandlung von Schmerzen, Entzündungen und Schwellungen bei: - rheumatischen Erkrankungen der Weichteile (Sehnen- und Sehnencheidenentzündungen, Schleimbeutelentzündungen, Schulter-Arm-Syndrom, Entzündungen im Muskel- und Kapselbereich); - degenerativen Erkrankungen der Extremitätengelenke und im Bereich der Wirbelsäule; - Sport- und Unfallverletzungen (Verstauchungen, Prellungen, Zerrungen).

**Visomat® Handy**  
1 Stück  
~~29,50 €\*\*~~  
**22.99 €** **22% gespart**

Digital-Blutdruckmessgerät für das Handgelenk

\* Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.  
\*\* Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers, die Preisreduzierung in Prozent bezieht sich auf diese unverbindliche Preisempfehlung.  
\*\*\* Preis laut Lauertaxe bei ausnahmsweiser Erstattung durch die gesetzliche Krankenversicherung, die Preisreduzierung in Prozent bezieht sich auf diesen Lauertaxenpreis.



## Gesund und stressfrei durch die Weihnachtstage

Eigentlich sollten die Tage vor Weihnachten ja eine besinnliche Zeit sein. Stattdessen herrscht Hektik pur: Shopping-Touren in überfüllten Kaufhäusern, Weihnachtsfeiern und diverse Vorbereitungen lassen uns kaum Zeit für gemütliche Abende. Dazu kommt meist noch eine unausgewogene Ernährung und Bewegungsmangel – kein Wunder, dass viele pünktlich zum Fest völlig ausgelaugt sind und mit einer deftigen Erkältung herumlaufen. So weit muss es nicht kommen! Wir haben für Sie einen 10-Punkte-Plan erarbeitet, mit dem Sie gesund durch die nächsten Tage kommen:

- 1. Gesund naschen:** Zugegeben: Schoko-Weihnachtsmänner haben ihren Reiz. Doch wenn schon Schokolade, dann Zartbitter! Sie enthält mehr Kakao (und damit „Glückshormone“), aber weniger Fett und Zucker. Oder: Nüsse und Trockenobst knabbern – beides liefert nervenstärkende B-Vitamine und Ballaststoffe (sättigen und verhindern Heißhunger).
- 2. Geschenke-Alternativen überlegen:** Jedes Jahr das Gleiche: Man will rechtzeitig alle Geschenke besorgen; dennoch hat man zwei Tage vor Heiligabend erst die Hälfte beisammen. Weniger Stress verursacht Gutscheine, z. B. für einen Theaterabend oder einen Wochenendtrip. Wetten, dass das „Zeitgeschenk“ besser ankommt als der x-te Pull-over?
- 3. Richtig kommunizieren:** Lösen Sie sich von der Vorstellung, an Weihnachten ein bestimmtes Programm ablaufen zu müssen. Befürchten Sie die Enttäuschung Ihrer Familie: Reden Sie vorher über Ihre Wünsche.
- 4. Stressfreies Essen planen:** Wenn Ihnen die Zubereitung der Weihnachtsentee zeitaufwändig ist: Lassen Sie es einfach reservieren (rechtzeitig!) einen Tisch im Restaurant. Gesund und weniger stressig ist auch die Vorbereitung eines kalten Buffets oder eines Raclette-Essens (z. B. mit Pellkartoffeln und Gemüse).
- 5. Aufgaben delegieren:** Sorgen Sie dafür, dass jeder in der Familie bestimmte Aufgaben übernimmt (z. B. Grußkarten schreiben, Schmuck besorgen). So bekommen alle die Chance, das Fest aktiv mitzugestalten.
- 6. Ausreichend Vitamine:** Nasskaltes Schmuddelwetter und Stress schwächen die Abwehrkräfte. Achten Sie auf genügend Vitamin C (in Zitrusfrüchten, Paprika, Grünkohl) und Zink (in Vollkornprodukten, Bierhefe, Samen, Nüssen, Milch, magerem Rindfleisch). Alternative: Ein Präparat aus der Apotheke besorgen.
- 7. Viel trinken:** Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr hilft, Erkältungen, Verdauungsproblemen und Heißhungerattacken vorzubeugen. Bei aller Hektik vergisst man jedoch schnell das Trinken. Tipp: Bereiten Sie sich morgens eine Kanne heißen Tee zu. Stellen Sie diese an einen sichtbaren Platz auf. Nehmen Sie sich vor, sie bis zum Nachmittag zu leeren.
- 8. Frische Luft tanken:** Nehmen Sie sich regelmäßig Zeit für einen kurzen Spaziergang. Das stärkt die Abwehrkräfte und schafft einen klaren Kopf. Nebenbei können Sie die geschmückten Häuser und Straßen genießen.
- 9. Spaß muss sein:** Lassen Sie den Spaß nicht zu kurz kommen. Veranstalten Sie mal wieder einen Spiele-Abend. Oder: Schlagen Sie Ihren Weihnachtsbaum gemeinsam mit der Familie oder Freunden.
- 10. Zeit für sich nehmen:** Trotz aller Hektik sollten Sie sich etwas Zeit für sich selbst reservieren. Nehmen Sie ein Bad mit beruhigenden Zusätzen (z. B. Lavendel), gehen Sie in die Sauna (stärkt die Abwehrkräfte) oder machen Sie ein paar Yoga-Übungen (fördert die Entspannung).

**Vitalux® Plus Lutein Omega 3**  
84 Kapseln  
~~63,50 €~~ **44.99 €** *29% gespart*

Ergänzende bilanzierte Diät zur Behandlung von Altersbedingter Makuladegeneration (AMD)

**Eucerin® Trockene Haut Repair Lotion 10% Urea**  
250 ml  
*Sparpreis*

Glättet und unterstützt die Abschuppung der Haut  
Lindert Juckreiz

100 ml = 5,20 €

**Vichy Neovadiol Gf**  
50 ml  
*27% gespart*

„Rekonstruktive“ Pflege für reife Haut Tagespflege

~~27,50 €~~ **19.99 €**

100 ml = 39,98 €

**Vichy Neovadiol Gf Nacht**  
50 ml  
*27% gespart*

„Rekonstruktive“ Pflege für reife Haut Nachtpflege

~~30,- €~~ **21.99 €**

100 ml = 43,98 €

**Vitasprint B 12\***  
30 Trinkfläschchen  
*Sparpreis*

Zur Besserung des Allgemeinbefindens

~~51,99 €~~ **41.99 €**

Vitasprint B 12; Anwendungsgebiete: Vitamin B12-Trinkfläschchen werden traditionell angewendet zur Besserung des Allgemeinbefindens.

**Floradix® mit Eisen\***  
500 ml  
*Sparpreis*

Bei erhöhtem Eisenbedarf

~~15,30 €~~ **9.99 €**

1000 ml = 19,98 €

Floradix® mit Eisen; Wirkstoff: Eisen(II)-gluconat; Anwendungsgebiete: Bei erhöhtem Eisenbedarf, wenn ein Risiko für die Entstehung eines Eisenmangels erkennbar ist.

**Ginkobil® ratiopharm 120 mg\***  
120 Filmtabletten  
*37% gespart*

~~86,60 €~~ **54.99 €**

**Visomat® comfort form**  
1 Stück  
*Sparpreis*

Vollautomatisches Digital-Blutdruckmessgerät zur präzisen Messung am Oberarm

~~54,99 €~~ **42.99 €**

In unserer Apotheke finden Sie weitere schöne Geschenke!



**10% Rabatt** auf einen Artikel Ihrer Wahl

**GUTSCHEIN**

Ausgenommen rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Botenbestellungen und Sonderangebote.

Gültig vom 1. 12. bis 12. 12. 2011

**15% Rabatt** auf einen Artikel Ihrer Wahl

**GUTSCHEIN**

Ausgenommen rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Botenbestellungen und Sonderangebote.

Gültig vom 13. 12. bis 24. 12. 2011

\* Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.  
\*\* Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers, die Preisreduzierung in Prozent bezieht sich auf diese unverbindliche Preisempfehlung.  
\*\*\* Preis laut Lauertaxe bei ausnahmsweiser Erstattung durch die gesetzliche Krankenversicherung, die Preisreduzierung in Prozent bezieht sich auf diesen Lauertaxenpreis.