

◀ **Aktion Ladies Night!** Willkommen zur 6. Ladies Night am Donnerstag, 29. November, von 20 bis 22 Uhr in Ihrer Bären Apotheke Herrenberg! Plaudern Sie ganz locker bei einem Glas Sekt mit Kosmetikprofs von Annemarie Börlind, Lierac, Weleda und Avène über Ihren individuellen Teint. Sie erhalten Tipps für Problemhaut und werden typgerecht geschminkt. Eintritt frei!



Bärenstarke Angebote!

gültig vom 1. bis 30. November 2018

*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.

Coupons einfach abschneiden und einlösen

COUPON 1

gültig 1. bis 18. November 2018



Für Einkäufe ab 10 Euro in der SB-Zone schenken wir Ihnen

50 ml regenerierende Handcreme

von CeraVe. Pro Person 1 Coupon. Keine Rabatt- oder Coupon-Kombinationen.

Hylo-Comod*
Augentropfen

effektive Augenbefeuchtung bei guter Verträglichkeit (10 ml)



100 ml = € 99,90
€ 9.99
Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 14,99!

ASS-ratiopharm* 100 mg TAH
zur Vorbeugung von Herz- und Hirninfarkten (100 Tabletten)

Wirkstoff Acetylsalicylsäure
€ 2.89
Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 4,17!

NasenDuo-ratiopharm*

zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen und zur unterstützenden Behandlung der Heilung von Haut- und Schleimhautschäden (10 ml)



100 ml = € 39,90
€ 3.99
Sie sparen **-39%** ggü. bisherigem Preis € 6,49!



ACC akut 600*
Husten- und Schleimlöser (10 Brausetabletten)

Wirkstoff Acetylcystein
€ 5.49
Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 7,97!

Vitamin D 1000 i. E.

zur Vorbeugung eines Vitamin D-Mangels (100 Tabletten)



€ 3.49
Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 4,99!



Paracetamol 500 mg*
leichte bis mäßig starke Schmerzen und Fieber (20 Stück)

Wirkstoff Paracetamol
€ 1.59
Sie sparen **-43%** ggü. bisherigem Preis € 2,79!



Zovirax Lippenherpescreme*

zur lindernden Behandlung von Schmerzen und Juckreiz bei häufig wiederkehrenden Herpesinfektionen mit Bläschenbildung im Lippenbereich (2 gr)

Wirkstoff Aciclovir
100 g = € 349,50
€ 6.99
Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 9,94!



Grippostad C*

bei Erkältungen mit und ohne Fieber, Schnupfen, Husten und Halsschmerzen (24 Hartkapseln)

€ 8.99
Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 12,97!



GeloMyrtol forte*

bei akuter und chronischer Bronchitis und Entzündungen der Nasennebenhöhlen (Sinusitis) (20 Stück)

Wirkstoff Myrtol
€ 6.99
Sie sparen **-32%** ggü. bisherigem Preis € 10,29!



Dolo-Dobendan* 1,4 mg / 10 mg

schnelle Hilfe bei Halsschmerzen (24 Lutschtabletten)

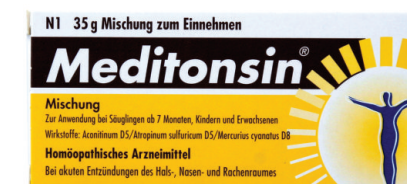
€ 6.99
Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 9,97!



Voltaren forte* 23,2 mg/g

Schmerzgel - entzündungshemmendes, schmerzstillendes Mittel zum Einreiben (100 g)

€ 12.99
Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 19,90!



Meditonsin Tropfen*

homöopathisches Mittel bei Erkältungskrankheiten (35 g)

enthält 6 % Alkohol
100 g = € 22,26
€ 7.79
Sie sparen **-26%** ggü. bisherigem Preis € 10,48!

Ist zu viel Vitamin D schädlich?

DER AKTUELLE GESUNDHEITSTIPP

Haben Sie ein Anliegen? Dann mailen Sie einfach an fragen@pillenbringer.de oder schauen Sie bei uns rein.

VON DR. JOCHEN VETTER, INHABER BÄREN APOTHEKE



Über die Mindestdosis Vitamin D kursieren ebenso viele Aussagen wie zur Überdosierung. Auch die Stiftung Warentest hat zu Jahresbeginn mit Warnungen vor zu viel Vitamin D wenig zur Aufklärung beigetragen. Wie alle fettlöslichen Vitamine kann der Körper überschüssiges Vitamin D nicht einfach ausleiten. Es kann sich in Form von Kalzium in den Gefäßen und den Nieren ablagern. Man spricht dann von einer gefährlichen Hyperkalzämie, die aber erst bei einer täglichen Dosis von mindestens 40.000 IE auftritt.

Derartiges wurde bisher nur bei älteren Patienten beobachtet, die monatelang unkontrolliert täglich 50.000 IE und mehr eingenommen hatten. Typische Symptome einer Überdosierung sind Übelkeit, Verstopfung oder Durchfall, Mattigkeit, Kopf- oder Gelenkschmerzen sowie Herzrhythmusstörungen. Übliche Dosierungen liegen für Erwachsene zwischen 1.000 und 5.000 IE täglich, für Säuglinge um 500 IE. Hohe Dosen von 60.000 IE oder mehr gibt man in der Regel als Anfangstherapie, wenn der Blutspiegel eine massive Unterversorgung zeigt. Hierzu sollte man seinen Arzt befragen und den Vitamin-D-Spiegel testen lassen, zum Beispiel in der Bären Apotheke. Gerade über die Wintermonate ist jeder, der sich selten draußen aufhält,

gut beraten, regelmäßig Vitamin D zuzuführen. Ohne UVB-Strahlung ist es kaum möglich, allein über die Nahrung an ausreichend Vitamin D zu gelangen, etwa durch fetten Seefisch, Eigelb, Kohl, Spinat, Avocados. Sicher sind sich Fachärzte inzwischen auch bei der Bedeutung von Vitamin D für unser Immunsystem, die psychische Stabilität, bei Autoimmunstörungen sowie Knochen- und Gelenksbeschwerden. Vor allem im Alter bildet der Körper immer weniger Vitamin D. In Kombination mit Vitamin K2 reduziert sich langfristig auch das Risiko schädlicher Kalziumeinlagerungen an der falschen Stelle. Als weitere wichtige Ergänzung empfehlen sich 400 mg Magnesium täglich. Gerne beraten wir Sie zu diesem komplexen Thema!

Bären Apotheke www.pillenbringer.de
DR. JOCHEN VETTER E.K.
das ist meine Apotheke!

Mo bis Fr 8-20 Uhr geöffnet - Sa 8-16 Uhr - Rottenburg | Gartenstr. 86 | ☎ (07472) 96 39 0 - Tübingen | Heinenstr. 14 | ☎ (07071) 977 300 - Herrenberg | Hindenburgstr. 20 | ☎ (07032) 59 70

Coupons einfach abschneiden und einlösen

COUPON 2

gültig 19. bis 30. November 2018

20 % Rabatt

Dieser Coupon gewährt Ihnen auf einen vorrätigen Artikel Ihrer Wahl

20 % Rabatt!

Ausgenommen verschreibungspflichtige Artikel, bereits reduzierte Ware, Produkte von Dr. Hauschka und BÖRLIND. Pro Person ein Coupon. Keine Coupon- oder Rabatt-Kombinationen möglich.