

◀ **Aktion: Sind Sie Osteoporose gefährdet?** Knochendichtemessung mittels Ultraschall am Fuß zur Bestimmung Ihres persönlichen Risikos. Kostenanteil: 10 €. Bitte melden Sie sich an, um Wartezeiten zu vermeiden: online unter [www.terminland.de/Baeren\\_Apotheke](http://www.terminland.de/Baeren_Apotheke) oder telefonisch.  
 ▶ **Tübingen:** Dienstag, 9. 7. ☎ (07071) 977 300  
 ▶ **Rottenburg:** Mittwoch, 10. 7. ☎ (07472) 96 39 0  
 ▶ **Herrenberg:** Donnerstag, 11. 7. ☎ (07032) 59 70



# Bärenstarke Angebote!

gültig vom 1. bis 31. Juli 2019

\*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.-17. 7. 2019

Für Einkäufe in unserer SB-Zone ab 25 Euro Einkaufswert schenken wir Ihnen eine **reistentel Strandtasche!**

51 x 30 x 26 cm. Farben können abweichen. Ein Coupon pro Person. Keine Coupon- oder Rabatt-Kombinationen.



Xylo\* 0,1 % Nasenspray

zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen (10 ml)



Wirkstoff Xylometazolinhydrochlorid  
100 ml = € 14,90

Sie sparen **-40%** ggü. bisherigem Preis € 2,49!



Fenistil\* Gel

schnell wirksam gegen Jucken und Brennen und kühlend bei Sonnenbrand, leichten Verbrennungen und Insektenstichen (30 g)



Wirkstoff Dimetindenmaleat  
100 g = € 18,30

Sie sparen **-32%** ggü. bisherigem Preis € 8,09!

Magnesium Citrat 125 mg

als Beitrag zu einer normalen Nerven- und Muskelfunktion (60 Tabletten)

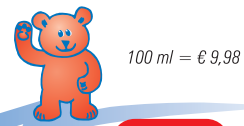


Wirkstoff Magnesiumcitrat  
100 g = € 17,97

Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 8,99!

Octenisept\* Wund Desinfektion

Antiseptikum zur unterstützenden Wundbehandlung, ohne Alkohol (50 ml)



100 ml = € 9,98

Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 7,18!



Korodin\* Herz-Kreislauf-Tropfen

rein pflanzlich, zur Stärkung der Herzleistung und positiven Beeinflussung von Kreislaufstörungen, bedingt durch niedrigen Blutdruck - enthält 60 Vol.-% Alkohol, Packungsbeilage beachten (10 ml)



100 ml = € 39,90

Sie sparen **-39%** ggü. bisherigem Preis € 6,50!



Paracetamol 500 mg\*<sup>o</sup>

leichte bis mäßig starke Schmerzen und Fieber (20 Stück)



Wirkstoff Paracetamol  
100 g = € 2,49

Sie sparen **-36%** ggü. bisherigem Preis € 2,49!



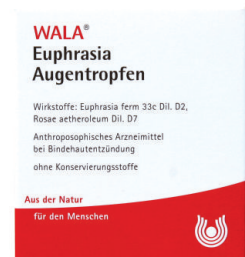
Bepanthen\* Wund- und Heilsalbe

zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen leichten Haut- und Schleimhautschädigungen (20 g)



Wirkstoff Dexpanthenol  
100 g = € 17,45

Sie sparen **-34%** ggü. bisherigem Preis € 5,32!



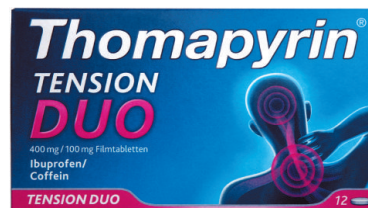
WALA Euphrasia\*

bei geröteten und gereizten Augen, rein pflanzlich, anthroposophisches Arzneimittel (5 x 0,5 ml)



100 g = € 5,90

Sie sparen **-32%** ggü. bisherigem Preis € 5,90!



Thomapyrin Tension Duo\*<sup>o</sup>

zur kurzzeitigen Behandlung von akuten mäßig starken Schmerzen bei Erwachsenen (12 Stück)



100 g = € 6,97

Sie sparen **-28%** ggü. bisherigem Preis € 6,97!



Bepanthen\* Augen- u. Nasensalbe

bei Hautverletzungen an der Augenbindehaut, Augenhornhaut bzw. der Nasenschleimhaut (10 g)



100 g = € 44,90

Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 6,53!



Voltaren forte\* 23,2 mg/g

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



100 g = € 19,90

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



Cetirizin Vividrin 10 mg\*

wird zur Behandlung von allergischen Erkrankungen angewandt (20 Filmtabletten)



Wirkstoff Cetirizindihydrochlorid  
100 g = € 4,57

Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 4,57!

## Was hilft bei einem nervösen Magen?

DER AKTUELLE GESUNDHEITSTIPP

Haben Sie ein Anliegen? Dann mailen Sie einfach an [fragen@pillenbringer.de](mailto:fragen@pillenbringer.de) oder schauen Sie bei uns rein.

VON DR. JOCHEN VETTER, INHABER BÄREN APOTHEKE



Ein Reizmagen, auch „funktionelle Dyspepsie“ genannt, äußert sich meist durch Druck und Schmerzen im Oberbauch sowie Völlegefühl, Blähungen, Sodbrennen oder Übelkeit nach dem Essen. Organisch ist trotz solcher Beschwerden meist alles in Ordnung, was die Probleme für Betroffene nicht leichter macht. 15 bis 20 Prozent der Bevölkerung leiden zeitweise unter einem nervösen Magen. Im Akutfall kommen oft Medikamente wie Säurehemmer oder Krampflöser zum Einsatz, die aber nur kurzfristig helfen und

nicht die Ursache beheben. Man vermutet, dass ein nervöser Magen durch eine Reihe von Faktoren ausgelöst wird: empfindliches Nervensystem im Bereich des Magens, gestörte Bewegungsabläufe im Verdauungstrakt oder psychische Belastungen wie Stress, Angst oder Depressionen. Um konkrete Auslöser beim Essen und Trinken auszuschließen, macht ein Ernährungstagebuch Sinn. Grundsätzlich sind mehrere kleine Mahlzeiten am Tag besser als 2-3 große. Mancher reagiert bereits auf einen leeren Magen mit ähnlichen Beschwerden. Bei den Getränken besser auf Kohlensäure und Eis verzichten und täglich 2 bis 3 Liter Wasser oder Kräutertee trinken. Ändern Sie Ihre Lebensgewohnheiten: Stressabbau durch Entspannungstechniken,

regelmäßige Bewegung, Verzicht auf Fastfood und industriell verarbeitete Lebensmittel. Weniger Zucker, Fette, stark gesalzene, scharfe und geräucherte Produkte reduzieren die Belastung für den Magen und tragen zur Regulierung des Säure-Basen-Haushalts bei. Als Fett eignet sich besonders Leinöl. Pflanzliche Helfer sind Pfefferminze, Kümmel und Fenchel ebenso wie Heilerde. Besser weniger Fleisch und stattdessen 2 bis 3 Mal pro Woche Seefisch essen. Obst, Gemüse (besser kein Kohl oder Bohnen) und Salate gehören täglich auf den Speiseplan. Alkohol, Kaffee, Rauchen und Übergewicht können die Symptome verstärken. Ein Reizmagen ist nicht heilbar, lässt sich aber durch eine Verhaltens- und Ernährungsumstellung weitgehend reduzieren.

**BärenApotheke** [www.pillenbringer.de](http://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 18.-31. 7. 2019

**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.