

◀ **17 BärenTipps für 2020!** Ab sofort in den drei Bären Apotheken verfügbar: Die jährliche Broschüre mit jeder Menge BärenTipps für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden, von der BIA Körperanalyse über die Darm-Beratung und Blutzuckermessung bis zum Venenfunktionsstest. Fragen Sie nach der Gratis-Broschüre und vereinbaren Sie persönliche Termine - ab sofort auch online unter www.terminland.de/Baeren_Apotheke



Bärenstarke Angebote!

BärenTipps 2020:
Die Broschüre ist da!



nur im Januar:
Tankgutscheine
über 10 € für 25 Pillentaler

gültig vom 1. bis 31. Januar 2020

COUPON 1

gültig 1. bis 16. Januar 2020



Für Einkäufe ab 25 Euro in der SB-Zone schenken wir Ihnen
1 reisentheil toiletbag!
23 x 10 x 21 cm. Farben können abweichen. Solange Vorrat reicht. 1 Coupon pro Person. Keine Coupon-Kombinationen.

Coupons einfach abschneiden und einlösen

*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.



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

Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 13,49!
€ 8.99



Hylo-Comod Augentropfen
effektive Augenbefeuchtung bei guter Verträglichkeit (10 ml)

Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 14,95!
100 ml = € 99,90
€ 9.99



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

Sie sparen **-28%** ggü. bisherigem Preis € 6,25!
100 ml = € 44,90
€ 4.49

Vitamin D 1000 i. E.
zur Vorbeugung eines Vitamin D-Mangels (100 Tabletten)

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



Sinupret extract*
bei akuten Entzündungen der Nasennebenhöhlen, rein pflanzlich (20 überzogene Tabletten)

Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 14,40!
€ 9.69



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

Sie sparen **-36%** ggü. bisherigem Preis € 2,49!
Wirkstoff Paracetamol
€ 1.59



IBU-LYSIN ratiopharm 684 mg*^o
Bei leichten bis mäßig starken Schmerzen, Fieber. Akute Behandlung der Kopfschmerzen bei Migräneanfällen mit und ohne Aura (20 Filmtabletten)

Sie sparen **-27%** ggü. bisherigem Preis € 9,97!
Wirkstoff Ibuprofen
€ 6.99



Dolo-Dobendan* 1,4 mg / 10 mg
schnelle Hilfe bei Halsschmerzen (24 Lutschtabletten)

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



Voltaren forte* 23,2 mg/g
Schmerzgel - entzündungshemmendes, schmerzstillendes Mittel zum Einreiben (100 g)

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



Bepanthen* Augen- u. Nasensalbe
bei Hautverletzungen an der Augenbindehaut, Augenhornhaut bzw. der Nasenschleimhaut (10 g)

Sie sparen **-28%** ggü. bisherigem Preis € 6,97!
Wirkstoff Dexpanthenol
100 g = € 49,90
€ 4.99

Iberogast flüssig*
bei Magenschmerzen, Völlegefühl und Übelkeit, rein pflanzlich, enthält 31 % Alkohol, Packungsbeilage beachten (20 ml)

Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 10,75!
100 ml = € 37,45
€ 7.49



Bepanthen* Wund- und Heilsalbe
zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen leichten Haut- und Schleimhautschädigungen (50 g)

Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 9,97!
Wirkstoff Dexpanthenol
100 g = € 13,98
€ 6.99

Wie und wann helfen Dampfäder?

DER AKTUELLE GESUNDHEITSTIPP



Die heilende Wirkung von Dampfädern besteht bei einer Erkältung im Einatmen des heißen Wasserdampfes. Dieser reinigt die Schleimhäute in den Atemwegen und fördert deren Durchblutung. Festsitzender Schleim kann so leichter abtransportiert oder abgehustet werden. Besonders sinnvoll ist das Inhalieren bei Nasennebenhöhlenentzündungen oder einer Bronchitis. Allerdings können nur sehr kleine Tröpfchen, wie sie ein Vernebler produziert, die Bronchiolen erreichen. Egal, ob klassisch mit Schüssel und Handtuch

oder mit einem Dampf-Inhalator: Man sollte nicht zu heiß inhalieren. Danach ist es wichtig, sich Ruhe zu gönnen und Kälte zu meiden. Dies gilt auch für den Einsatz von elektronischen Verneblern. Hier kommen weder Hitze noch heißes Wasser zum Einsatz. Er ist deshalb für Kinder ideal. Elektronische Vernebler werden mit einer Salzlösung oder einem Fertiginhalat ergänzt. Ätherische Öle wie Thymian, Menthol, Latschenkiefer und Eukalyptus sind am besten für Dampf-Inhalatoren mit Nase-Mund-Maske geeignet, schützen die Augen vor den ätherischen Dämpfen und der Dampf wirkt gezielter. Sind die oberen Atemwege betroffen, atmen Sie über die Nase - bei Problemen mit Rachen, Kehlkopf oder Bronchien atmet man durch den Mund.

Ultraschall-Inhalatoren werden meist bei Lungenerkrankungen verwendet. Tägliche Inhalationen helfen bei akuten Erkältungsbeschwerden, schützen aber auch vor einer Ausbreitung der Infektion etwa in die Nebenhöhlen. Das Hausmittel Kamille wirkt als Extrakt oder Blüten entzündungshemmend, bei trockenem Husten helfen Thymian- und Eukalyptusöl oder auch Salbei. Alle drei wirken außerdem antiviral. Ätherische Öle sollten sparsam verwendet werden (2-4 Tropfen pro Liter kochendem Wasser). Für Asthmatiker und Kleinkinder sind sie tabu, besonders Campher und Menthol, die gefährliche Krämpfe auslösen können. Wer es sanfter mag, nimmt getrocknete Kräuter oder Meersalz als Zusatz.

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

VON DR. JOCHEN VETTER, INHABER BÄREN APOTHEKE

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

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 17. bis 31. Januar 2020

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.

Coupons einfach abschneiden und einlösen