

◀ **Aktion Venencheck:** Lassen Sie vollkommen schmerzfrei und unblutig mit Hilfe moderner Medizintechnik die Funktionalität Ihrer Venen testen. Dauer: 15 Minuten. Ihr Kostenanteil: 9 €. Bitte melden Sie sich an, um Wartezeiten zu vermeiden, telefonisch oder online unter www.terminland.de/Baeren_Apotheke

▶ **Rottenburg:** Mo, 24. 8. ☎ (07472) 96 39 0
 ▶ **Tübingen:** Mi, 26. 8. ☎ (07071) 977 300
 ▶ **Herrenberg:** Do, 27. 8. ☎ (07032) 59 70



Bärenstarke Angebote!



▶ im August:
Tankgutscheine
 über 10 € für 25 Pillentaler

gültig vom 1. bis 31. August 2020

*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.

COUPON 1

gültig 1.-16. 8. 2020

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.

Hylo-Comod
 Augentropfen

effektive Augenbefeuchtung bei guter Verträglichkeit (10 ml)



100 ml = € 99,90
€ 9.99
 Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 14,57!

Zovirax Lippenherpescreme*

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



Wirkstoff Aciclovir
 Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 10,15!



Magnesium Verla N*

bei Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen der Muskeltätigkeit (z. B. Wadankrämpfe) ist (100 Dragées)

Sie sparen **-34%** ggü. bisherigem Preis € 9,02!

Nasen Spray-ratiopharm für Erwachsene*

zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen (10 ml)



Wirkstoff Xylometazolinhydrochlorid
 100 ml = € 24,90
€ 2.49
 Sie sparen **-38%** ggü. bisherigem Preis € 3,99!



doc Ibuprofen Schmerzgel*

zur unterstützenden Behandlung von Muskel- und Gelenkschmerzen (100 gr)

Wirkstoff Ibuprofen
 Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 14,48!



Imodium akut lingual*

schnelle Hilfe bei Durchfall (12 Schmelztabletten)

Wirkstoff Loperamidhydrochlorid
 Sie sparen **-32%** ggü. bisherigem Preis € 11,67!



ASS ratiopharm* 100 mg TAH

zur Vorbeugung von Herz- und Hirninfarkten (100 Tabletten)

Wirkstoff Acetylsalicylsäure
 Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 4,28!



Paracetamol 500 mg*o

leichte bis mäßig starke Schmerzen und Fieber (20 Stück)

Wirkstoff Paracetamol
 Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 2,90!



FeniHydrocort* Creme 0,5 %

zur Linderung von mäßig ausgeprägten entzündlichen Hauterkrankungen (15 gr)

Wirkstoff Hydrocortison
 100 gr = € 39,93
 Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 8,63!



Talcid*

bei Sodbrennen und säurebedingten Magenbeschwerden (20 Kautabletten)

Wirkstoff Hydratalcit
 Sie sparen **-27%** ggü. bisherigem Preis € 6,80!

Iberogast flüssig*

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



100 ml = € 37,45
€ 7.49
 Sie sparen **-32%** ggü. bisherigem Preis € 11,00!



Bepanthen* antisept. Wundcreme

zur antiseptischen Behandlung von oberflächlichen Wunden, Schürf-, Platz- und Kratzwunden sowie Verbrennungen ersten Grades (20 g)

100 g = € 22,45
€ 4.49
 Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 6,50!

Wie äußert sich eine Histaminintoleranz?

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

DER AKTUELLE GESUNDHEITSTIPP

VON DR. JOCHEN VETTER, INHABER BÄREN APOTHEKE



Lebensmittelallergien werden in der Regel durch das Vermeiden der Auslöser behandelt. Aber was tun bei Stoffen wie dem Histamin, das in allerlei Lebensmitteln enthalten ist und auch vom Körper selbst gebildet wird? Hier gilt es vor allem die individuell vertretbare Dosis zu finden. Dabei kann ein über Wochen geführtes Ernährungs- und Symptomtagebuch helfen. Es erleichtert die Diagnose, da noch kein einfacher verlässlicher Test existiert. Erste Symptome wie Bauchkrämpfe, roter Hautausschlag, Durchfall, aber

auch Kopfschmerzen, Schwindel und Herzrasen treten nach dem Essen auf. Besonders viel Histamin enthalten Rotwein, reifer Käse, geräucherter Fisch, Salami, roher Schinken, Schokolade und überreifes Obst. Je länger gelagert, desto mehr Histamin entwickelt sich - das gilt auch für Fertigprodukte und aufgewärmte Speisen. Normalerweise baut der Körper überschüssiges Histamin selbst ab. Bei einer Intoleranz ist dieser Vorgang im Darm gestört, es kommt zu allergieähnlichen Symptomen. Eine Histaminintoleranz entwickelt sich mit zunehmendem Alter, am häufigsten betroffen sind Frauen ab 40. Histamine dienen im Körper eigentlich zur Immunabwehr, sie regeln außerdem die Verdauung sowie den Schlaf-Wach-Rhythmus. Treten Entzündungen

oder allergische Reaktionen auf, wird ihre Produktion hochgefahren. Ganz ohne Histamin geht es also nicht. Wichtig ist es, die passende Menge zu finden und Lebensmittel, die man als Auslöser erkannt hat, zu vermeiden. Stark Histamin haltige Lebensmittel findet man im Internet gelistet. Da der Darm eine Schlüsselfunktion im Histaminhaushalt hat, kann auch eine Darmanierung sinnvoll sein. Einzelne Medikamente, so genannte DAO-Hemmer wie Schlaf- und Beruhigungsmittel sowie bestimmte Antibiotika, aber auch Koffein und Alkohol können das Problem verstärken. Neben Gastroenterologen sind Ernährungsberater die richtigen Ansprechpartner für eine Histaminintoleranz. Die erste wichtige Anlaufstelle ist aber der Hausarzt.

BärenApotheke ▶ 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

COUPON 2

gültig 17.-31. 8. 2020

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.