

Corona-Schnelltests

in Tübingen | Rottenburg | Herrenberg

Corona Antigen-Schnelltests ohne Wartezeit in unseren drei Corona Schnelltestzentren!
www.corona-schnelltest-tuebingen.de | www.corona-schnelltest-rottenburg.de | www.corona-schnelltest-gaeu.de



Bärenstarke Angebote!

gültig vom 1. bis 31. Juli 2021

*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.-15. 7. 2021

Für Einkäufe in unserer SB-Zone ab 20 Euro Einkaufswert schenken wir Ihnen 1 **reienthel wrapcosmetic**

(Wickelkosmetiktasche) 'wool'. Ein Coupon pro Person. Keine Coupon- oder Rabatt-Kombinationen möglich.



Hylo-Comod Augentropfen

effektive Augenbefeuchtung bei guter Verträglichkeit (10 ml)



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



Fenistil* Gel

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

Wirkstoff Dimetindenmaleat
 100 g = € 18,30
€ 5.49
 Sie sparen **-34%** ggü. bisherigem Preis € 8,26!

Magnesium Citrat 125 mg

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



Wirkstoff Magnesiumcitrat
€ 5.99
 Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 8,99!



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 = € 44,90
€ 4.49
 Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 6,75!

Vitamin B Komplex

mit allen acht B-Vitaminen, für Konzentration und Energie (60 Kapseln)



€ 5.99
 Sie sparen **-40%** ggü. bisherigem Preis € 9,95!



Ibuprofen 400^o*

symptomatische Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen, Fieber (20 Filmtabletten)

Wirkstoff Ibuprofen
€ 2.99
 Sie sparen **-40%** ggü. bisherigem Preis € 4,99!



Cetirizin Vividrin 10 mg*

wird zur Behandlung von allergischen Erkrankungen angewendet (20 Filmtabletten)

Wirkstoff Cetirizinhydrochlorid
€ 2.99
 Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 4,57!

Nasen Spray-ratiopharm für Erwachsene*

zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen (10 ml)



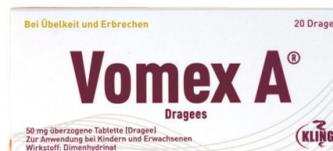
Wirkstoff Xylometazolinhydrochlorid
 100 ml = € 24,90
€ 2.99
 Sie sparen **-29%** ggü. bisherigem Preis € 4,19!



Voltaren forte* 23,2 mg/g

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

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



Vomex A Dragees N*

zur Vorbeugung und Behandlung von Reisekrankheit, Übelkeit, Schwindel und Erbrechen (nicht bei Chemotherapie) (20 Dragees)

Wirkstoff Dimenhydrinat
€ 5.49
 Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 8,43!

Octenisept* Wund Desinfektion

Antiseptikum zur unterstützenden Wundbehandlung, ohne Alkohol (50 ml)



100 ml = € 9,98
€ 4.99
 Sie sparen **-29%** ggü. bisherigem Preis € 6,99!



Bepanthen* Wund- und Heilsalbe

zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen leichten Haut- und Schleimhautschädigungen (50 g)

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

Wie wichtig sind Omega-3-Fettsäuren?

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



Jeder braucht sie, aber selten hat man genug davon. Dabei sind die Vorteile für Zellen, Hormone, Gehirn, Nerven, Herz, Gefäße und Blutfette seit langem bekannt. Nicht einzig ist man sich bei der täglichen Dosis. Die Empfehlungen schwanken zwischen 200 und 500 mg pro Tag. Ideal wäre es, diese durch zweimal wöchentlich fetten Fisch wie Hering, Lachs, Thunfisch, Sardellen und eine tägliche Portion Leinöl und Leinsamen zu erreichen, um über die Ernährung für ausreichend Omega-3 zu sorgen. Das ist aber kaum zu schaf-

fen und würde die Fischbestände überfordern. Realistischer ist es, regelmäßig Lein- und Rapsöl, Rosenkohl, Spinat und Avocados sowie Lein- und Chiasamen auf den Speiseplan zu setzen. Besonders wertvoll sind da Leinöl und Walnüsse. Das Öl nicht erhitzen und in wenigen Wochen verbrauchen. Zu guter Letzt muss man für eine optimale Versorgung mit Omega-3 den oft bestehenden Überschuss an Omega-6-Fetten aus Getreide-, Milch- und Fleischprodukten sowie Sonnenblumen- und Distelöl berücksichtigen. Zu viele Omega-6-Fette blockieren die Aufnahme von Omega-3. Das Verhältnis beider Fette im Körper sollte maximal bei 5:1 liegen. Wer sicher gehen will, lässt seinen Omega-Index beim Arzt bestimmen.

Ausreichend Omega-3-Fette haben positive Auswirkungen auf die Regulierung der Blutfettwerte und somit den Cholesterinspiegel, auf die Reduktion der Neigung zu Thrombosen sowie chronisch-entzündlichen Prozessen wie bei Arthrose oder Colitis ulcerosa. Außerdem schützen sie die Gehirnzellen und sorgen für eine ausreichende Bildung von Abwehrzellen. Studien zeigen, dass bei Erkrankungen wie ADHS, Demenz und Depression, aber auch bei Schlafstörungen häufig ein Mangel an Omega-3 vorliegt. Neben Fischölkapseln kann man auch Krill- und Algenöl (beides jodfrei) für eine effektive Nahrungsergänzung einnehmen. Da sie fettlöslich sind, nimmt man sie idealerweise zu einer Mahlzeit ein. Bei Fragen beraten wir Sie gerne!

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) 122 110

Coupons einfach abschneiden und einlösen

COUPON 2

gültig 16.-31. 7. 2021

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.