

Unser Nasch-Tipp: Viele leckere Sorten Gummibärchen mit echtem Fruchtsaft! Exklusiv in Ihrer Bären Apotheke. Schon probiert?

Sanddorn Smoothie-Bären

lactosefrei · glutenfrei

www.pillenbringer.de



Bärenstarke Angebote!

gültig vom 1. bis 31. August 2022

*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.



Magnesium Verla N*
bei Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen der Muskeltätigkeit (z. B. Wadenkrämpfe) ist (100 Dragées)

Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 9,70!
€ 6.49



Zovirax Lippenherpescreme*
zur Linderung der Behandlung von Schmerzen und Juckreiz bei häufig wiederkehrenden Herpesinfektionen mit Bläschenbildung im Lippenbereich (2 gr)

Sie sparen **-30%** ggü. bisherigem Preis € 10,66!
€ 7.49



FeniHydrocort* Creme 0,5 %
zur Linderung von mäßig ausgeprägten entzündlichen Hauterkrankungen (15 gr)

Sie sparen **-33%** ggü. bisherigem Preis € 8,89!
€ 5.99



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

Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 4,59!
€ 2.99



Hoggar Night*
zur Kurzzeitbehandlung bei akuten Schlafstörungen (20 Tabletten)

Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 14,49!
€ 9.99

Iberogast Classic*

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

Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 12,22!
€ 7.99



Euphrasia Augentropfen*
bei geröteten und gereizten Augen, rein pflanzlich, anthroposophisches Arzneimittel (10 x 0,5 ml)

Sie sparen **-34%** ggü. bisherigem Preis € 10,52!
€ 6.99

Octenisept* Wund Desinfektion

Antiseptikum zur unterstützenden Wundbehandlung, ohne Alkohol (50 ml)

Sie sparen **-29%** ggü. bisherigem Preis € 6,99!
€ 4.99



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

Sie sparen **-34%** ggü. bisherigem Preis € 21,35!
€ 13.99



Bepanthen* Wund- und Heilsalbe
zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen leichten Haut- und Schleimhautschädigungen (20 g)

Sie sparen **-31%** ggü. bisherigem Preis € 6,47!
€ 4.49

Nasenspray AL 0,1 %*

bei Schnupfen und zur gleichzeitigen Abschwellung der Nasenschleimhäute (10 ml)

Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 3,08!
€ 1.99



Talcid*
bei Sodbrennen und säurebedingten Magenbeschwerden (20 Kautabletten)

Sie sparen **-35%** ggü. bisherigem Preis € 7,66!
€ 4.99

Wie wichtig sind Aminosäuren?

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



Ohne sie läuft in unserem Stoffwechsel fast nichts. Die meisten stellt der Körper in Kombination mit Vitaminen und Mineralien selbst her, aber **acht essentielle Aminosäuren** müssen täglich zugeführt werden. Bei einseitiger Ernährung bleiben Mangelercheinungen häufig unentdeckt. Deshalb sollte man die wichtigsten Aminosäuren kennen und wissen, wie man an sie gelangt. Aktiven Sportlern wird oft empfohlen, einzelne Aminosäuren zusätzlich zuzuführen. Aber Vorsicht: Einzelne Aminosäuren im Überfluss können

negative Folgen haben. Eine abwechslungsreiche Ernährung mit pflanzlichem oder tierischem Eiweiß reicht aus. Gute Quellen sind Rindfleisch, Geflügel, Fisch, Eier, Milchprodukte, Nüsse, Vollkorngetreide und vor allem Hülsenfrüchte wie Erbsen und Linsen. Essentielle Aminosäuren sind wichtige Eiweißbausteine und Energielieferanten, außerdem steuern sie die Hormone. **Leucin** stimuliert die Insulinausschüttung und ist in Mandeln, Erdnüssen, Soja, Erbsen und Käse enthalten. **Isoleucin** ist für den Muskelaufbau und die Hormonsteuerung wichtig und kommt besonders in Cashewkernen, Erbsen und Linsen vor. **Lysin** (aus Citrus- und Hülsenfrüchten) versorgt Muskeln und Bindegewebe. **Phenylalanin** unterstützt Nieren und rote Blutkörperchen.

Es findet sich in Milchprodukten, Eiern, Lachs, Kürbiskernen und Walnüssen. **Threonin** sorgt für Knochenaufbau und Immunsystem und ist in Papaya, Karotten, Spinat, Walnüssen und Erbsen enthalten. Durch **Tryptophan** werden die wichtigen Hormone Serotonin und Melatonin gebildet, daneben steuert es die Leberfunktion. Man findet es in Tomaten, Bananen, Karotten, Haferflocken und Reis. **Valin** stammt aus Getreide und Reis und reguliert Blutzucker und Nervenzellen. **Methionin** ist für die Bildung von Adrenalin und Kreatin sowie die Entgiftung zuständig. Es kommt vor allem in Paranüssen, Fisch, Leber und Eiern vor. Einen Aminosäuremangel spürt man meist durch Antriebslosigkeit, Schwäche, Unruhe und häufige Infekte.



Bären Apotheke > www.pillenbringer.de

DR. JOCHEN VETTER E.K.

das ist meine Apotheke!

Mo bis Fr 8-19 Uhr geöffnet - Sa 8-14 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

Coupons einfach abschneiden und einlösen

COUPON 1

gültig 1.-18. 8. 2022

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.



COUPON 2

gültig 19.-31. 8. 2022

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.