

# Ständig Darmbeschwerden?

Schätzungsweise 1 Million Österreicher haben regelmäßig mit Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung zu kämpfen.<sup>1</sup> Was aber nur die Wenigsten wissen: Die Ursache hierfür ist häufig eine geschädigte Darmbarriere, welche zum sogenannten Reizdarmsyndrom führen kann.

Forscher haben mit Kijimea Reizdarm PRO ein Medizinprodukt entwickelt, welches genau dort ansetzt: Die nur in Kijimea Reizdarm PRO enthaltenen

Bifido-Bakterien vom Stamm HI-MIMBb75 lagern sich an die Darmbarriere an – sinnbildlich wie ein Pflaster über einer Wunde. Unter diesem Pflaster kann sich die Darmbarriere regenerieren, typische Reizdarmbeschwerden wie wiederkehrender Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung können abklingen.

Jüngst konnte die Wirksamkeit von Kijimea Reizdarm PRO bei Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Verstopfung von

deutschen Wissenschaftlern in der weltweit größten OTC-Studie zum Reizdarmsyndrom<sup>2</sup> eindrucksvoll belegt werden.<sup>3</sup> Das Entscheidende: Auch die Lebensqualität der Betroffenen verbesserte sich.

Für Ihre Apotheke:

**Kijimea Reizdarm PRO**

(PZN 5185406)



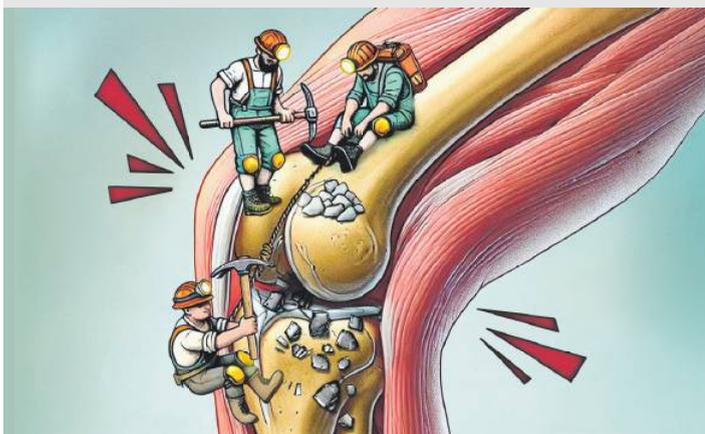
[www.kijimea.at](http://www.kijimea.at)



<sup>1</sup>Black C. J., Ford A. C. (2020). Global burden of irritable bowel syndrome: trends, predictions and risk factors. Nature reviews. Gastroenterology & hepatology, 2020 Aug; 17(8), 473-486.  
<sup>2</sup>Vergleich berücksichtigt ausschließlich Studien mit probiotischen Stämmen • <sup>3</sup>Andresen V et al. Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020 Jul;5(7):658-666.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

## Was tun, wenn sich Arthrose durch die Gelenke gräbt?



Arthrose gilt als eine Verschleißkrankheit der Gelenke, bei der sich der Knorpel an den Gelenken abnutzt. Dieser Knorpel dient als Schutzschicht. Nutzt sich der Knorpel jedoch ab, reiben schließlich die Knochen ungeschützt aneinander. Das Geniale: Forscher fanden heraus, dass der Wirkstoff Viscum album (Weißbeerige Mistel), der in der begleitenden Krebstherapie eingesetzt wird, auch bei Arthrose helfen kann.<sup>1</sup>

### Ein vielversprechender Wirkstoff

Der Wirkstoff überzeugt deswegen bei Arthrose, da er schmerzlindernd wirkt. Dieser kann sogar bestimmte Körperzellen stoppen, die den Gelenkknorpel angrei-

fen.<sup>2</sup> Somit wird der Knorpel geschützt. Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel, was den Wirkstoff hochkonzentriert enthält. Es ist in Apotheken unter dem Namen Rubaxx Arthro erhältlich. Die Arznetropfen sind gut verträglich.

Für Ihre Apotheke:

**Rubaxx Arthro Tropfen**

(PZN 4971410)



[www.rubaxx.at](http://www.rubaxx.at)



**RubaXX®**

<sup>1</sup>Hedge et al. (2011) Viscum album Exerts Anti-Inflammatory Effect. PLoS ONE. 2011;6(10):e26312 • <sup>2</sup>Lavastre et al. (2004) Anti-inflammatory effect of Viscum album. Clin Exp Immunol. 2004 Aug; 137(2):272-8  
 RUBAXX ARTHRO Tropfen. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathische Arzneispezialität bei Schmerz und Funktionsbeeinträchtigung bei altersbedingtem Gelenkverschleiß. • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Thema Nervenschmerzen

## Wenn der Ischias nervt!

Langes Sitzen, falsches Bücken – und schon ist er da! Ein stechender Schmerz im unteren Rücken, der über den Po bis zum Fuß ausstrahlen kann. Auch Taubheits- oder Kribbelgefühle können auftreten. Hinter den Schmerzen rund ums Gesäß steckt meist eine Reizung oder Quetschung des Ischias-Nervs. Doch Schmerzpatienten können aufatmen. Das Arzneimittel Restaxil Tropfen (Apotheke, rezeptfrei) kann speziell bei Nervenschmerzen helfen.



### Natürlich, gut verträglich

In Restaxil ist u. a. der natürliche Arzneistoff **Iris versicolor** aufbereitet, der laut Arzneimittelbild bei Ischialgien mit ziehenden, reißenden und brennenden Schmerzen im Hüftnerve bis zum Fuß eingesetzt wird. Nicht weniger eindrucksvoll wirkt **Cimicifuga racemosa**: Der Arzneistoff kommt erfolgreich bei ausstrahlenden Schmerzen im Rücken sowie bei Neuralgie im Becken zum Einsatz. Dabei bekämpft er Druck und Schmerz längs des Ischias-Nervs. Zusammen mit drei weiteren bewährten Arzneistoffen ergeben sie den besonderen 5-fach-Wirkkomplex

von Restaxil! **Das Beste:** Die Schmerztropfen sind zudem gut verträglich.

Für Ihre Apotheke:

**Restaxil Tropfen**

(PZN 4954185)



[www.restaxil.at](http://www.restaxil.at)



**Restaxil®**

Abbildung Betroffenen nachempfunden

RESTAXIL Tropfen. Wirkstoffe: Gelsemium sempervirens Dil. D2, Spigelia anthelmia Dil. D2, Iris versicolor Dil. D2, Cyclamen purpurascens Dil. D3, Cimicifuga racemosa Dil. D2. Homöopathische Arzneispezialität bei Nervenschmerzen und Kopfschmerzen. • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

# Webinar zur Herzgesundheit

## Warum Männerherzen stärker gefährdet sind, krank zu werden

„Männerherzen unterscheiden sich anatomisch von Frauenherzen. Unter anderem sind sie größer, was mit der meist größeren Körpermasse zusammenhängt“, erläuterte Lukas Mutloch, Professor an der Parazelusmedizinischen Universität und Leiter der Kardiologie am Salzkammergut-Klinikum in Vöcklerbruck. In Kooperation mit der Österreichischen Gesundheitskasse widmete MeinMed diesem Thema einen Online-Vortrag.

Das größere Herz bringt jedoch auch gesundheitliche Risiken mit sich: Männer sind besonders anfällig für Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die weltweit zu den häufigsten Todesursachen zählen. Besonders gefährlich ist der plötzliche Herztod, der oft durch verstopfte Herzkranzgefäße ausgelöst wird. Diese Gefäße versorgen den Herzmuskel

mit Blut und Sauerstoff, und ihre Verengung durch Arteriosklerose kann zu einem Herzinfarkt führen. Typische Symptome bei Männern sind starke Brustschmerzen und ein Druckgefühl, während Frauen oft untypische Beschwerden haben. Die Diagnose erfolgt häufig mittels Herzkatheteruntersuchung, bei der verengte Gefäße erkannt und mit Stents behandelt werden können.

Frauen sind vor der Menopause durch ihre Hormone besser geschützt, weshalb Männer besonders in jüngeren Jahren ein höheres Risiko tragen. Zu den wichtigsten beeinflussbaren Faktoren zählen Bluthochdruck, Rauchen, Übergewicht und Bewegungsmangel. Österreichische Statistiken zeigen, dass viele Männer aufgrund von Rauchen und Fettleibigkeit gefährdet sind. Besonders die Reduktion von Gewicht, eine



**Gesundes Herz: „Mann“ hat vieles selbst in der Hand.** Foto: Nik/Unsplash

mediterrane Ernährung, viel Bewegung und das Vermeiden von Zigaretten senken das Risiko deutlich. Schon moderate Sporteinheiten wie Spazieren gehen tragen zur Herzgesundheit bei. Letztlich hängt die Herzgesundheit maßgeblich von individuellen Lebensstilentscheidungen ab.

Das gesamte Video zu diesem Webinar ist auf [meinmed.at/mediathek](http://meinmed.at/mediathek) zu finden. (mak)



### EXPERTENTIPP

Prof. Anita Frauwallner  
Darmexpertin

Foto Fischer Graz

## Gutes „Bauchgefühl“ seit 30 Jahren

Wenn Schule und Arbeit wieder richtig Fahrt aufnehmen, ist es wichtig, dass unsere Darmflora über ihre volle Leistungsfähigkeit verfügt. Hier hat sich OMNi-BiOTiC® 6 seit 30 Jahren als idealer Begleiter bewährt.

### Nützliche Bakterien

Wussten Sie, dass ich das erste OMNi-BiOTiC®-Produkt für meinen Sohn entwickelt habe? Heute, 30 Jahre später, profitieren weltweit Millionen von Menschen von der Forschung, Erfahrung und Sorgfalt, die ich in die Entwicklung von OMNi-BiOTiC® 6 gesteckt habe. Ergänzen auch Sie Ihren Darm mit nützlichen Bakterienkulturen!

### Mehr als nur Verdauung

Denn der Darm und die dort lebenden guten Bakterien spielen nicht nur eine wichtige Rolle für die Verdauung und Nährstoffaufnahme, sondern auch für die Produktion von Vitaminen und Hormonen sowie für unsere Abwehrkraft. Doch ungesunde Ernährung, Alltagshektik oder Medikamente können die Bakterien unserer Darmflora in Anzahl und Vielfalt reduzieren. Setzen Sie daher auf OMNi-BiOTiC® 6: Milliarden von Bakterien aus 6 wissenschaftlich geprüften, hochaktiven Leitkeimstämmen, die ideal als Team zusammenarbeiten. OMNi-BiOTiC® – bewährt seit 30 Jahren. Vertrauen auch Sie der Nummer 1\*, wenn es um Ihr gutes Bauchgefühl geht! [omni-biotic.com](http://omni-biotic.com) WERBUNG

\* im deutschsprachigen Raum; IQVIA PharmaTrend® micro, Sell-Out Umsatz 03F1-Markt, MAT 01/2025



**Handynutzung verleitet zu Körperfehlhaltungen.** Foto: Brett Sayles/Pexels

## MeinMed-Webinar: Der Handynacken

Durchschnittlich verbringen wir täglich drei bis fünf Stunden am Smartphone. Kein Wunder also, dass rund 70 Prozent der Erwachsenen gelegentlich bis häufig über Nackenschmerzen berichten. Die Pharmazeutin Karoline Sindelar beleuchtet in ihrem MeinMed-Vortrag, wie die digitale Welt unsere Haltung verändert und was das für die Halswirbelsäule bedeutet. Das Webinar findet am Dienstag, 7. Oktober ab 19 Uhr in Kooperation mit der Österreichischen Gesundheitskasse statt. Alle Infos und Anmeldung: [meinmed.at/veranstaltung](http://meinmed.at/veranstaltung)

# Ein guter Tag beginnt mit

Die Nr.1 Probiotika-Marke\*



Bewährt seit 30 Jahren.

Bis zu € 6,- sparen!



\* € 4,- Gutschein für OMNi-BiOTiC® 6 (60g) | Art.-Nr. 82887

\* € 6,- Gutschein für OMNi-BiOTiC® 6 (2 x 60g) | Art.-Nr. 82888



Gutscheine gültig bis 31. Dezember 2025. Keine Barablöse möglich, pro Person und Packung nur 1 Gutschein einlösbar. Hinweis für Apotheken: Eingelöste Gutscheine bitte Ihrem AllergoSan-Außendienst-Mitarbeiter übergeben.

## Aktiv durch die Wechseljahre

Während der Wechseljahre kommt es zu einem Abbau von Muskelmasse und Knochendichte im Körper. Diesem Prozess lässt sich jedoch aktiv entgegenwirken. Besonders wirkungsvoll ist Krafttraining, das auf weniger Wiederholungen mit höheren Gewichten setzt. Dieses fördert den Muskelaufbau, kurbelt den Stoffwechsel an und beugt dem Verlust an Knochendichte vor. (mak)

UNVERWECHSELBAR, ICH!

**MenoGynial**  
Isoflavone 125 mg  
Soyabohnenextrakt 150 mg

Wirkstoffe für die Frau in den Wechseljahren  
Hormonersatzpräparat

**GYNIAL**  
100 Tabletten • 24 x 4

gynial.com/menogynial

## Saisonstart für Grippe und grippale Infekte

Jedes Jahr im Herbst stellt sich erneut die Frage, wann genau der Startschuss für die Grippe-saison fällt. Bei einer Grippe-welle handelt es sich um ein vermehrtes Auftreten der echten Influenza, das vor allem ältere Menschen sowie Personen mit chronischen Erkrankungen ernsthaft gefährden kann. Die echte Grippe – medizinisch Influenza genannt – unterscheidet sich deutlich vom grippalen Infekt: Während dieser meist mit leichtem Fieber, Schnupfen und Halsweh einhergeht, verursacht eine Influenza hohe Temperatur, starke Gliederschmerzen und hält oft bis zu zwei Wochen an. Solch ein Verlauf stellt für den Organismus eine spürbare Belastung dar. Nicht selten wird im Alltag jeder Infekt der Atemwege vorschnell als „Grippe“ bezeichnet. In Wirklichkeit steckt hinter den meisten dieser Erkrankun-



**Rhinoviren sind die häufigsten Auslöser.**

Foto: cottonbro studio/Pexels

gen ein grippaler Infekt, der zumeist durch Rhinoviren hervorgerufen wird und meist wesentlich milder verläuft als eine Influenza. Zu Beginn können die Symptome ähnlich sein – Halsschmerzen, verstopfte oder laufende Nase und leichtes Fieber sind häufig. Erst im weiteren Verlauf zeigen sich die deutlichen Unterschiede, insbesondere in der Intensität und Dauer der Beschwerden. (mak)

# Immer

Der Depressionstag am ersten Sonntag im Oktober rückt eine Volkskrankheit in den Fokus.

VON MARGIT KOUDELKA

Die Depression betrifft Menschen aller Altersgruppen in Österreich und weltweit, mit tiefgreifenden Auswirkungen auf Lebensqualität, Arbeitsfähigkeit und das soziale Umfeld. Laut aktuellen Daten leiden rund zehn Prozent der österreichischen Bevölkerung im Laufe ihres Lebens an einer depressiven Episode, bei Erwachsenen beträgt die Ein-Jahres-Prävalenz etwa 6,5 Prozent. Besonders alarmierend sind die steigenden Zahlen bei jungen Menschen: 2021 berichteten bereits 41 Prozent der 18- bis 24-Jährigen über depressive

## Nr. 1\* bei starken Halsschmerzen: TANTUM VERDE® FORTE SPRAY

- zur gezielten Anwendung
- langanhaltende Wirkung – ideal nachts
- für Erwachsene und Kinder ab 2 Jahren



Werbung

## WIRKT RASCH BEI HALSSCHMERZEN

Wirkstoff: Benzylaminhydrochlorid

\*IQVIA OTC MAT August 2025 01C1 Halsschmerzmittel.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. TV\_29543\_290825

## Gedächtnis stärken, Cholesterin senken!



AT-BUER-2500001 02/25

## Vertrauen Sie der Kraft von Lecithin.

Exklusiv in Ihrer Apotheke.

Buer® Lecithin Flüssig ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Wirkstoff: Lecithin. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



Die Umstellung auf die Winterzeit kann bei manchen Menschen zu Verdauungsbeschwerden wie Verstopfung führen.

Foto: vchalupz/Smarterpix

## Wie weniger Tageslicht die Verdauung beeinflusst

Die Umstellung von Sommer auf Winterzeit beeinflusst nicht nur den Schlaf-Wach-Rhythmus, sondern kann auch Auswirkungen auf die Verdauung haben. Mit der baldigen Zeitumstellung kommt es zu einer Verschiebung, wodurch die Tage kürzer und das natürliche Licht insgesamt weniger wird. Licht spielt eine wichtige Rolle für unseren biologischen Rhythmus, der auch die Verdau-

ungsprozesse steuert. Weniger Tageslicht kann den Hormonhaushalt verändern und die Ausschüttung von Melatonin erhöhen, was den Appetit und die Verdauung beeinflussen kann. Eine ausgewogene, ballaststoffreiche Ernährung und ausreichend Bewegung können helfen, die Auswirkungen abzumildern und den Körper an die veränderten Bedingungen anzupassen. (mak)

# mehr Seelen in Not

Symptome – ein Wert, der auf die Auswirkungen multipler Krisen, wie Pandemie und gesellschaftlichen Wandel, verweist.

Die aktuelle Ursachenforschung belegt, wie vielschichtig Depressionen entstehen. Neben psychosozialen Faktoren wie Stress, Überlastung oder traumatischen Lebensereignissen werden seit Kurzem auch genetische Einflüsse stärker in den Mittelpunkt gerückt. Große Studien konnten hunderte genetische Variationen identifizieren, die mit der Erkrankung assoziiert sind. Diese Erkenntnisse eröffnen neue Perspektiven für eine individuellere Risikobewertung – die Erkrankung bleibt jedoch ein Zusammenspiel aus biologischen, psychischen und sozialen Einflüssen. Moderne bildgebende Verfahren und der Einsatz künstlicher Intelligenz



**Vor allem junge Menschen werden zusehends von Depressionen geplagt. Das ist unter anderem aktuellen Krisen geschuldet.**

Foto: Pexels

leisten zudem einen bedeutenden Beitrag, biologische Marker früher zu erkennen und so die Diagnose treffsicherer zu machen. Die Versorgung depressiver Menschen in Österreich orientiert sich am Schweregrad: Leichte Formen werden meist psychotherapeutisch behandelt, während bei mittelschweren bis schweren Ver-

läufen zusätzlich Medikamente zum Einsatz kommen. Die Kosten werden nur dann von der gesetzlichen Krankenversicherung komplett übernommen, wenn die Behandlung bei einem Vertragspartner der Sozialversicherung erfolgt – diese „Kassenplätze“ sind jedoch sehr begrenzt und meist mit langen Wartelisten verbunden.

## Mit Lecithin Übersäuerung der Muskeln verringern

Lecithin ist Bestandteil der Lipidmembran tierischer und pflanzlicher Zellen sowie ein wichtiger Baustein in unserem Nervensystem. Natürliche Quellen sind Eigelb, Sojabohnen oder Lammfleisch. Michael Fink, Facharzt für Orthopädie und orthopädische Chirurgie in Bregenz, erklärt: „Lecithin ist für die normale Funktion des Körpers notwendig und unterstützt die physische und geistige Leistungsfähigkeit bei Überbeanspruchung.“

Körperliche Aktivität löst eine Vielzahl von Vorgängen aus. Bei normalen physischen Tätigkeiten versorgt der Körper die Muskeln problemlos mit Sauerstoff, die sogenannte aerobe körperliche Anstrengung. Von einer anaeroben Aktivität spricht man hingegen, wenn die körperliche Aktivität schneller und intensiver ist, etwa bei Kraftübungen, und der Körper die Muskeln und das Gewebe nicht mehr ausrei-

chend mit Sauerstoff versorgen kann. In diesem Fall bauen die Zellen Glukose ab, um die benötigte Energie zu erzeugen. In den Muskeln entsteht hierbei Milchsäure, welche in einer zu hohen Konzentration zu einem brennenden Gefühl, Muskelmüdigkeit und Kraftverlust führt.



**„Lecithin hat bei körperlicher Aktivität einen positiven Effekt auf die sportliche Leistung gezeigt.“**

Foto: Privat

MICHAEL FINK

Solch eine Übersäuerung kann somit auch zu einem Leistungsabfall führen. Fink betont jedoch: „Lecithin kann die Konzentration von Milchsäure im Muskel reduzieren. Somit vermag die Einnahme von Produkten mit Lecithin die körperliche Leistungsfähigkeit positiv zu beeinflussen.“

## Soforthilfe für Ihre Abwehrkräfte!

ERWomun® immun akut enthält hochdosiertes Vitamin C & D3 sowie Zink, Q10 und Bioflavonoide, die den Nährstoffbedarf im Akutfall gezielt decken – bei den ersten grip-palen Anzeichen. WERBUNG

### ERKÄLTUNG...

**...im Anflug?** Nehmen Sie ERWomun® immun akut bereits bei ersten Anzeichen eines grip-palen Infektes.



**Erste Hilfe für Ihr Immunsystem aus Ihrer Apotheke.**

©ERWO

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät). Zum Diätmanagement bei grip-palen Infekten.

## DIE SANFTE LÖSUNG BEI VERSTOPFUNG

**-2€ RABATT\***



SIKAT2505071025020004

In Kooperation mit APOVERLAG



**100% PFLANZLICH**

**UNTERSTÜTZT DIE DARMTÄTIGKEIT UND DEN AUFBAU DER DARMLFLORA**

Erhältlich in Ihrer Apotheke.

[www.optifibre.at](http://www.optifibre.at)

\* Einlösbar von 1.10. bis 30.11.2025 in Ihrer Apotheke. Gutschein gültig nur bei Kauf des abgebildeten Produktes innerhalb des angegebenen Zeitraums, nicht kombinierbar mit anderen Aktionen, Coupons oder Treuepass. Gültig solange der Vorrat reicht. Keine Barabgabe. Pro Kauf des abgebildeten Produktes kann nur ein Gutschein eingelöst werden.

## Nächtlicher Harndrang

In der Nacht regelmäßig aufstehen, um die Toilette aufzusuchen – viele kennen dieses Problem. Schuld ist, was man im Volksmund gerne als schwache Blase bezeichnet. Je nach Geschlecht stecken unterschiedliche Ursachen dahinter.



### Männer & die Prostata

Mit zunehmendem Alter haben Männer häufig mit Blasen- und Prostata-Problemen zu tun. Aus diesem Grund verspüren sie auch häufiger den Drang, auf die Toilette laufen zu müssen. Besonders nachts ist dies für Betroffene

sehr unangenehm. Viele müssen oft mehrmals aufstehen, um sich zu erleichtern. Mittlerweile ist fast die Hälfte aller Männer über 50 von einem solchen nächtlichen Harndrang betroffen.



### Frauen & die sensible Blase

Bei Frauen steckt meist eine sensible oder gereizte Blasenwand hinter nächtlichem Harndrang. Dadurch wird den Nerven ein falscher Füllstand der Blase übermittelt, wodurch man aufs WC muss, obwohl die Blase noch nicht voll ist.

### Was tun bei nächtlichem Harndrang?

Doch so unterschiedlich die Auslöser für die schwache Blase sein mögen – helfen können in der Regel dieselben Tipps.

### Genug trinken:

Viele Betroffene versuchen tagsüber weniger zu trinken. Dadurch wird aber der Urin stark konzentriert und die Blasenschleimhaut gereizt, wodurch man erst recht häufigen Harndrang verspürt.

### Beckenboden stärken:

Beckenbodenübungen sind immer eine gute Empfehlung. Entsprechende Übungsprogramme finden Sie im Internet – am besten einfach „Beckenbodenübungen“ googeln.

### Heilpflanze Kürbis:

Mit dem Kürbis gibt es auch eine heimische Pflanze, die Blase und Prostata unterstützt. Längerfristig eingenommen kann sie für einen normalen Harnfluss und dadurch für eine ungestörte Nachtruhe sorgen.



**Wichtig:** Die für die Wirkung verantwortlichen Inhaltsstoffe finden sich interessanterweise nicht im beliebten Kürbiskernöl, sondern nur in den Kernen selbst. Für eine höchstmögliche Dosierung zur optimalen Unterstützung von Blase und Prostata greifen Sie am besten zu Tabletten mit hochdosiertem Kürbiskern-Extrakt aus der Apotheke.

Für Ihren Apotheker

**Dr. Böhm®**  
**Kürbis nur**  
**1 Tablette**  
**täglich**  
**PZN 1609022**



Nahrungsergänzungsmittel

## Hautpflege-Test: Trockene, rissige Haut



Wer kennt das nicht? Raue Hände, trockene Ellbogen oder schuppige Haut an den Schienbeinen – besonders in den kälteren Monaten kann unsere Haut schnell aus dem Gleichgewicht geraten. Die Lasepton® Regenerationscreme verspricht Abhilfe und soll die Haut nicht nur beruhigen, sondern auch intensiv mit Feuchtigkeit versorgen. Doch hält sie, was sie verspricht? Wir haben es uns genauer angesehen!

**Preis:** 80 ml á € 13,90 (Apotheke)

**Anwendung:** Bei trockenen, rissigen und irritierten Hautstellen (Hände, Ellbogen, Gesicht)

**Wirkung:** Dank des enthaltenen Dexpanthenols wird die Haut rasch beruhigt. Zusätzlich bilden pflanzliche Öle einen schützenden Film, der Feuchtigkeitsverlust verhindert. Die Hautbarriere wird gestärkt und die Haut vor dem Austrocknen geschützt.

**Testergebnis:** Besonders beeindruckend war die intensive

Pflegewirkung. Bereits nach der ersten Anwendung sind die irritierten Hautstellen sichtbar regeneriert. Die Haut fühlt sich geschmeidig an – und das ohne lästigen Fettfilm.

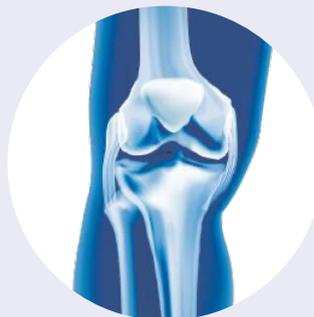
**Fazit:** Klare Empfehlung bei hervorragendem Preis-Leistungs-Verhältnis.



**Unsere Bewertung:**



## APOTHEKEN-TIPP BEI GELENKPROBLEMEN



Jeder Zweite ab 50 hat Probleme mit den Gelenken.<sup>1</sup> Meist handelt es sich um Abnutzungserscheinungen: Knorpelschicht und Gelenkschmiere nehmen ab und es kommt zu einer verminderten Stoßdämpfung im Gelenk.

### Nährstoffversorgung optimieren!

Neben schonender Bewegung (z. B. Radfahren, Schwimmen), empfiehlt sich hier die Einnahme von Mikronährstoffen. Am häufigsten wird in der Apotheke Gelenks complex intensiv

von Dr. Böhm® empfohlen. Nur ein Getränk täglich versorgt die Gelenke mit all den Nährstoffen, die sie brauchen: darunter etwa Chondroitin, Glucosamin und Kollagen Typ II sowie Vitamin C für den Knorpel und Vitamin D für die Knochen.

- Extra stark dosiert
- Ideal als Alternative zu Tabletten
- Mit fruchtigem Mango- oder Himbeergeschmack



Dr. Böhm® Gelenks complex Trinkpulver intensiv Mango, 30 Stk.: PZN 5298010  
intensiv Himbeer, 30 Stk.: PZN 5814457  
in Ihrer Apotheke.

1 Gesundheitsstudie 2022, market insight, Linz

# Böse Überraschung – erhöhte Cholesterinwerte

Der Blutbefund zeigt erhöhte Cholesterinwerte? Damit sind Sie nicht alleine – österreichweit sind über 1 Million Menschen davon betroffen.

Immer mehr Menschen leiden heutzutage an erhöhten Cholesterinwerten. Tut man nichts dagegen, entstehen langfristig Ablagerungen in den Gefäßen, wodurch das Blut schlechter durchfließen kann. Dadurch steigt der Blutdruck – Herzinfarkt oder Schlaganfall können die Folge sein.

## Was den Werten gut tut...

Wer es vermeiden möchte, langfristig Cholesterinsenker (mit deren unerwünschten Begleiterscheinungen wie Müdigkeit oder Muskelbeschwerden) einzunehmen, sollte auf eine Omega-3-rei-



**ACHTUNG  
CHOLESTERIN**

che Ernährung achten. Denn speziell die Omega-3-Fettsäuren EPA, DHA und ALA spielen eine zentrale Rolle für ein gesundes Herz-Kreislauf-System. Sie haben nachweislich einen positiven Einfluss auf die Blutfettwerte (Cholesterin bzw. Triglyceride) – vorausgesetzt, sie werden in ausreichender Menge aufgenommen.

## Unerreicht bei Omega 3

Das meistverkaufte Omega-3-Produkt sind seit Jahren die Omega 3 Kapseln von Dr. Böhm®.<sup>1</sup> Neben den bewährten Fischöl-Kapseln gibt es jetzt eine vielversprechende pflanzliche Neuentwicklung: das Dr. Böhm® Omega 3 Öl in der Flasche. Es kombiniert hochwertige Öle aus Algen sowie Chia-, Lein- und Hanfsamen und überzeugt mit einem angenehmem Limettengeschmack.

Ein Teelöffel enthält bereits 3.100 mg Omega 3. Aufgrund der hohen Konzentration der Omega-3-Fettsäure ALA trägt es aktuell als einziges Omega-3-Öl am Markt zum Erhalt normaler Cholesterinwerte bei \*

Fragen Sie in Ihrer Apotheke danach!

## NEU AM MARKT



- Einziges Omega-3-Öl für gute Cholesterinwerte\*
- 3.100 mg Omega 3 aus Algen-, Chia-, Lein- & Hanfsamenöl
- Angenehmer Limettengeschmack für die ganze Familie (inkl. Schwangere)

Weiterhin auch verfügbar:  
Die bewährten Kapseln



<sup>1</sup>Apothekenabsatz Cholesterinsenkende Prod. It. IQVIA Österreich OTC Offtake 06/2025, \*Die für die Wirkung notwendigen 2 g ALA sind bereits in der empfohlenen Tagesdosierung enthalten.

# LUUF®

## lindert Husten & Schnupfen

- ✓ Befreit die verstopfte Nase
- ✓ Lindert Hustenreiz und wirkt schleimlösend
- ✓ Mit naturreinen ätherischen Ölen

LUUF® – Der Erkältungsspezialist seit über 55 Jahren.

<sup>1</sup>Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. Die Anwendung dieses traditionellen pflanzlichen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung.

Darauf  
vertrauen  
Eltern seit  
Generationen

KINDER  
LUUF®



## Balsam

Zur äußerlichen Behandlung  
von Erkältungskrankheiten  
und zur Inhalation

Qualität aus  
Österreich.

Arzneimittel