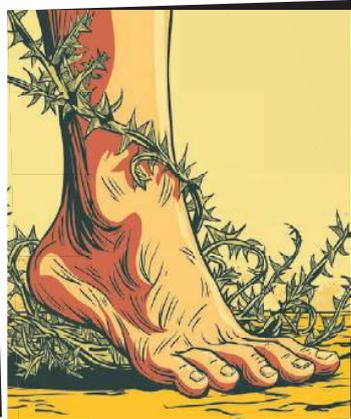


Brennen, Kribbeln, Taubheitsgefühle?

Das erste Schmerzgel bei Nervenschmerzen verschafft endlich Linderung



Viele, die unter brennenden Schmerzen in Beinen oder Füßen leiden, greifen zu klassischen, entzündungshemmenden Gelen oder Tabletten. Oft ohne Erfolg! Denn die Ursache sind meist nicht Entzündungen, sondern gereizte Nerven. Um Nervenschmerzen speziell dort zu bekämpfen, wo sie entstehen, haben Experten das erste Schmerzgel bei Nervenschmerzen entwickelt: Restaxil Nervenschmerzgel (Apotheke, rezeptfrei).

Innovatives Schmerzgel bekämpft Nervenschmerzen wirksam

In Restaxil Nervenschmerzgel steckt die Kraft aus zwei besonderen Wirkstoffen, die sich bei



„Jeden Abend massiere ich meine brennenden Beine damit ein, dann kann ich schlafen.“ (Renate K.)

Nervenschmerzen bewährt haben – ein innovativer Dual-Komplex. Sowohl *Iris versicolor* als auch *Spigelia anthelmia* werden laut Arzneimittelbild bei neuralgischen Schmerzen erfolgreich eingesetzt. Auch Missempfindungen wie z. B. Taubheitsgefühle in den Beinen oder Füßen können gelindert werden.

Restaxil Nervenschmerzgel: natürlich wirksam und gut verträglich

Mit seinem speziellen Dual-Komplex bietet Restaxil Nervenschmerzgel Betroffenen eine wirksame Möglichkeit, unangenehme Nervenschmerzen endlich in den Griff zu bekommen. Dabei ist das innovative Arzneimittel gut verträglich und hat keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen.

Bekannt aus dem TV!

Für Ihre Apotheke:

Restaxil Nervenschmerzgel

(PZN 5530375)

www.restaxil.at

Nervenschmerzen?

Natürlich Restaxil®



Restaxil®

Abbildung Betroffenen bachempfinden, Name geändert

RESTAXIL Nervenschmerzgel, Wirkstoffe: *Spigelia anthelmia* Dil. D2 und *Iris versicolor* Dil. D2. Homöopathische Arzneispezialität bei Schmerzen und Missempfindungen, die durch Nervenschädigungen hervorgerufen werden (Nervenschmerzen), www.restaxil.at • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Mega-Trend aus der Apotheke:

Was können sogenannte Probiotika wirklich?

Unser Darmmikrobiom, also die Gemeinschaft der Bakterien im Darm, spielt eine zentrale Rolle für unsere Gesundheit. Im Laufe der Zeit kann es jedoch zu einem Ungleichgewicht im Mikrobiom kommen: Die Vielfalt und Vielzahl der Bakterienstämme im Darm nimmt ab.

Eine Möglichkeit, dem entgegenzuwirken, sind sogenannte Probiotika, auch Mikrokulturenpräparate genannt, die natürlich im Darm vorkommende Bakterien enthalten.

Experten empfehlen, auf diese 3 Qualitätskriterien zu achten:

1. Eine hohe Vielfalt an Bakterienstämmen

Um einem ausgeglichenen menschlichen Darmmikrobiom möglichst nahezukommen, sollten mindestens 50 Bakterienstämme enthalten sein.

2. Eine außerordentlich hohe Dosierung

Experten empfehlen Produkte

mit mindestens 20 Mrd. koloniebildenden Einheiten (KBE).

3. Die Stärkung der Darmschleimhaut

Für ihre Ansiedlung im Darm brauchen Mikrokulturen eine gesunde Darmschleimhaut. Präparate sollten daher auch Stoffe enthalten, die zur Erhaltung normaler Schleimhäute beitragen.

Ein Präparat begeistert Experten

Deshalb sind Gesundheitsexperten von Kijimea K53 Advance überzeugt. Es enthält 53 Bakterienstämme in der besonders hohen Dosierung von über 20 Milliarden KBE pro Kapsel.

Außerdem enthält Kijimea K53 Advance Niacin, welches zur Erhaltung normaler Schleimhäute (z.B. der Darmschleimhaut) beiträgt.

Für Ihre Apotheke:

Kijimea K53 Advance

(PZN 5718104)



www.kijimea.at

KIJIMEA®

AUS DER FORSCHUNG. FÜR DEIN LEBEN.



UV-Licht kann bei Psoriasis helfen

Bei Schuppenflechte kann Sonnenlicht – in Maßen – Linderung bringen.

VON MARGIT KOUDELKA

Psoriasis, auch als Schuppenflechte bekannt, ist eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, von der in Österreich etwa 250.000 Menschen betroffen sind. Typische Symptome sind scharf begrenzte, gerötete und silbrig-schuppende Hautstellen, die häufig an Ellbogen, Knien oder der Kopfhaut auftreten und oft starken Juckreiz verursachen.



Psoriasis ist für Betroffene sehr belastend. Maßvolle Sonnenbäder empfinden sie oft als wohltuend in Bezug auf die Beschwerden. Foto: Pixabay.com

Linderung der Symptome

Die Ursachen sind komplex: Neben genetischer Veranlagung spielen auch Umweltfaktoren, Infekte und Stress eine Rolle bei Ausbruch und Verlauf der Erkrankung. Ein interessanter Aspekt ist der Einfluss von Sonnenlicht auf Psoriasis. Viele Betroffene berichten über eine deutliche Besserung der Symptome während der

sonnigen Sommermonate. Die UV-Strahlen hemmen entzündliche Prozesse in der Haut und unterstützen die Regeneration.

Aus diesem Grund wird häufig Phototherapie als Behandlungsoption genutzt. Dabei wird die Haut gezielt mit UV-

Licht bestrahlt. Dennoch ist Vorsicht geboten:

Zu intensive Sonnenbestrahlung kann Sonnenbrand verursachen und das Hautkrebsrisiko erhöhen. Eine hautärztliche Beratung ist daher wichtig, um ein gesundes Gleichgewicht zu finden.

Wird nicht nur von Schafen geschätzt



Die Schafgarbe (*Achillea millefolium*) ist eine vielseitige Heilpflanze, die in ganz Europa verbreitet ist. Ihre Blätter erinnern an „tausend Blätter“ – wovon sich der lateinische Name ableitet – und ihre Blüten werden seit der Antike medizinisch genutzt. Die Schafgarbe wirkt appetitanregend, lindert leichte Magen-Darm-Beschwerden und menstruationsbedingte Krämpfe. Äußerlich hilft sie bei kleinen Wunden sowie Entzündungen und sie eignet sich zur Insektenabwehr. (mak)

Den Testosteronspiegel im Gleichgewicht halten

Ein ausgeglichener Testosteronspiegel ist zentral für eine gesunde Libido. Neben den Hormonwerten spielen aber auch Lebensstilfaktoren wie gesunde Ernährung, regelmäßige Bewegung, ausreichend Schlaf und Stressreduktion eine wichtige Rolle, da sie das Wohlbefinden stärken. Mit zunehmendem Alter können

hormonelle Veränderungen und Krankheiten das sexuelle Verlangen beeinträchtigen – oft verstärkt durch ein Übermaß an Prolaktin, das die Testosteronbildung hemmt. Zudem können Mängel an Vitamin B6 und Zink die Libido verringern. Natürliche Mittel wie Bockshornklee können unterstützend wirken. (mak)

Testwochen

01.08. - 30.09.2025

Cool bleiben, wenn's heiß wird!

JETZT SPAREN

-3€



Salbei - gegen übermäßiges Schwitzen*

-3€ Rabatt-Gutschein

Aktion gültig von 01.08. bis 30.09.2025 (nicht kumulierbar)

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise. *Salvia officinalis trägt zu einer normalen Schweißbildung bei.



In Kooperation mit APOVERLAG

7 €-GUTSCHEIN

ausschneiden und in Ihrer Apotheke einlösen!

STÄRKE DEN MANN IN DIR.



Nahrungsergänzungsmittel

Jetzt 7 € Rabatt sichern!

PZN: 5681039

So bleiben die Werte im grünen Bereich!



Gerade bei beginnendem Bluthochdruck sollte man schnell handeln, um nicht bald Blutdrucksenker einnehmen zu müssen.

Die gute Nachricht: Mit ein paar einfachen Tipps kann man schon frühzeitig viel für einen normalen Blutdruck tun.

Wenn die Werte beim Blutdruckmessen über dem Normalbereich liegen, kann das durchaus beängstigend sein. Schließlich kann Bluthochdruck zu Herz-Kreislauf-Problemen führen, die hierzulande nach wie vor die häufigste Todesursache darstellen. Vor allem, weil ein erhöhter Blutdruck lange Zeit zu keinen Beschwer-

den führt, handeln viele erst spät – auch wenn man die erhöhten Werte längst kennt. Doch zögert man zu lange, kann das im schlimmsten Fall schwere gesundheitliche Schäden nach sich ziehen.

Einfache Maßnahmen

Handelt es sich noch um beginnenden Bluthochdruck, gibt es gute Nachrichten. Hier können sich nämlich bereits kleine Änderungen im Alltag positiv auswirken. Im ersten Schritt verordnet der Arzt daher sogenannte „Lebensstilmaßnahmen“: etwa beim Kochen weniger Salz zu verwenden oder regelmäßige Bewegungseinheiten schon ab 10 Minuten am Anfang zu integrieren. Klingt einfach – ist jedoch nicht immer leicht umzusetzen, aber immer noch besser, als zukünftig

Blutdrucksenker einnehmen zu müssen.

Natürliche Unterstützung

Wer zusätzlich etwas für einen normalen Blutdruck tun möchte, kann dabei auf eine bewährte Heilpflanze zurückgreifen. Viele wissen bereits, dass Olivenöl gut für das Herz-Kreislauf-System ist. Weniger bekannt ist aber, dass vor allem die in den Olivenblättern enthaltenen Wirkstoffe einen positiven Effekt auf den Blutdruck haben.

Wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass sich dieser bereits nach einer zweiwöchigen Einnahme eines hochdosierten Olivenblatt-Extraktes einstellt. Enthalten ist ein solcher Extrakt in den Blutdruckformel-Tabletten von Dr. Böhm® aus der Apotheke:

- **Positive Auswirkung** von Olivenblatt-Extrakt wissenschaftlich belegt
- **2 Tabletten** entsprechen dem Polyphenolgehalt von **1 L Olivenöl**
- **Ideale Ergänzung** auch bei bestehender Blutdruckmedikation



Ich bin begeistert von diesen Tabletten. Sie sind einfach einzunehmen und mittlerweile bleibt mein Blutdruck im normalen Bereich.



Harald Maier*

*Name geändert

Das hilft bei Schmerzen und bei Schwellungen

Damit Schmerzen und Schwellungen rasch wieder zurück gehen, darf dieser Klassiker in keiner Hausapotheke fehlen.

Manchmal kann es schnell gehen: eine unachtsame Bewegung, ein falscher Schritt und schon breitet sich der Schmerz aus und die betroffene Stelle schwillt an. Genauso unangenehm sind Schmerzen und Entzündungen, die sich etwa nach längerer Zeit wieder bemerkbar machen. In Summe gilt: egal ob verstauchter Knöchel, lästiger Tennisarm oder Schulter- bzw. Knieverletzungen, man möchte die Schmerzen schnell wieder loswerden!

Bewährte Akut-Hilfe

Für die Behandlung dieser sogenannten „stupfen“ Verletzungen schwören begeisterte Anwender seit Jahren auf Pasta Cool®. Die Umschlagpaste aus Österreich wirkt dank abschwellender und entzündungshemmender Inhaltsstoffe gleich 3-fach:

- 1 lindert den Schmerz**
- 2 reduziert die Schwellung**
- 3 hemmt die Entzündung**



Arzneimittel

Im Gegensatz zu Schmerzmitteln wirkt Pasta Cool® nur lokal – also genau dort, wo der Schmerz sitzt.

Tipp: Die beste Wirkung erzielen Sie, wenn Sie Pasta Cool® auf die betroffene Stelle auftragen und mit einem Stück Stoff oder einem Taschentuch abgedeckt über Nacht wirken lassen.



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

Osteoporose wirksam vorbeugen*

Jede dritte Frau ab 40 ist von Knochenschwund (Osteoporose) betroffen. Am besten Sie werden bereits tätig, bevor es so weit kommt.

Die Abnahme der Knochendichte tut nicht weh. Daher wird die Erkrankung Osteoporose häufig unterschätzt. Wird sie dann im Zuge der ärztlichen Knochendichte-Messung entdeckt, ist aber häufig bereits ein erheblicher Schaden angerichtet: Die Knochen sind teils bereits porös und das Risiko für Brüche stark angestiegen. Ärzte empfehlen daher, bereits früher anzusetzen und der Osteoporose so gut es geht vorzubeugen – spätestens ab 40!



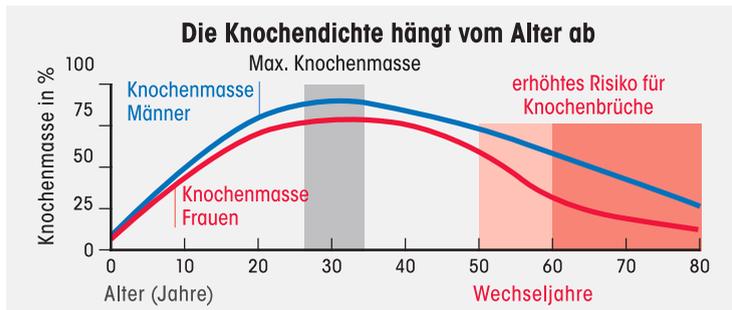
aufzubauen. Letztendlich ist aber vor allem auch die Zufuhr der richtigen Nährstoffe entscheidend. Denn diese liefern dem Knochen erst die nötigen Baustoffe. Allgemein bekannt ist in diesem Zusammenhang der Nutzen von Calcium, Vitamin D3 und Vitamin K2. Neueste Erkenntnisse zeigen aber, dass es für starke Knochen dann doch noch etwas mehr gibt.

Warum Calcium und Vitamin D nicht ausreichen

Der Knochen besteht neben mineralischen Bestandteilen (z. B. Calcium) fast zur Hälfte aus anderen, sogenannten „vernetzenden“ Bestandteilen. Diese sind wesentlich für den stabilen Aufbau des Knochens und sorgen so für die nötige Festigkeit. Genau hier setzt die neue Knochendichteformel von Dr. Böhm® an. Die Tabletten enthalten als erstes Produkt am Markt zusätzlich einen patentierten Knochen-Struktur-Complex (Ovomet®) aus der Eierschalenmembran. Er enthält diese vernetzenden Elemente im selben Verhältnis, wie sie auch im menschlichen Knochen vorkommen. So gelingt es mit Calcium und Vitamin D3, die Knochendichte nach der Menopause langfristig zu erhalten und das Risiko von osteoporotischen Knochenbrüchen zu reduzieren.

Starke Knochen – ein Leben lang

Wie sorgen sie nun aber für starke Knochen? Zunächst wirken sich gezielte Kräftigungsübungen äußerst positiv auf die Knochenfestigkeit aus. Sie regen den Körper an, neues Knochengewebe



*Calcium und Vitamin D helfen, den Verlust von Knochenmineralien bei Frauen nach der Menopause zu reduzieren, wodurch das Risiko osteoporotischer Knochenbrüche sinkt.

Insektenstiche: Bitte nicht kratzen!



Jetzt in der warmen Jahreszeit haben auch lästige Gelsen wieder Hochsaison und hinterlassen juckende Stiche auf unserer Haut. Sie stechen uns, da sie ein Eiweiß aus unserem Blut für ihre Eier brauchen. Damit das Blut nicht sofort gerinnt, bringen sie ein spezielles Sekret in den Stich ein. Dieses sorgt aber auch dafür, dass der Stich anschwillt und juckt.

Das Problem

Je mehr man kratzt, desto heftiger wird der Juckreiz. Bei starkem Kratzen können sich die Stiche auch entzünden. Umso wichtiger ist es, den Kratzreflex zu unterdrücken.

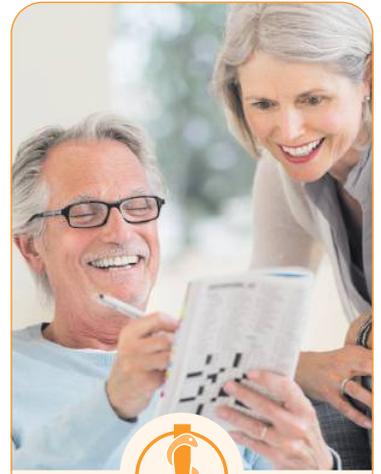
Soforthilfe bei Stichen

Besser und vor allem langfristiger als Kratzen wirken Insektenstichgele aus der Apotheke. Besonders beliebt ist etwa Insecticum®, da das Gel nicht nur zuverlässig und rasch den Juckreiz stillt, sondern auch eine abschwellende und desinfizierende Wirkung hat sowie Schmerzen (etwa auch bei Wespenstichen) lindert.



Auch für Kinder ab 2 Jahren

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



Apothekentipp bei Vergesslichkeit

Ob Namen, Hausschlüssel oder die Einkaufsliste – jeder vergisst einmal etwas. Häufen sich diese Vorfälle jedoch mit zunehmendem Alter, macht es Sinn die Gedächtnisleistung effektiv zu unterstützen.



Nahrungsergänzungsmittel

Apotheker empfehlen in diesem Zusammenhang Dr. Böhm® Gedächtnis aktiv. Mit seinem speziellen Curcuma-Extrakt mit natürlichem Lecithin trägt es sowohl zu einer verbesserten Gedächtnisleistung als auch zu einer gesunden Gehirnalterung bei.

Studien mit dem enthaltenen Curcuma-Extrakt zeigen:

- **Verbesserte Gedächtnisleistung** schon nach 4 Wochen¹
- **Senkung** des Anteils jener Proteine im Blut (Beta-Amyloide), die im Gehirn **unerwünschte Ablagerungen** bilden können.²

¹ Cox KH et al. J Psychopharmacol. 2015 May;29(5):642-51.
² DiSilvestro RA. Nutr J. 2012 Sep 26;11:79.

Exklusiv in Ihrer Apotheke erhältlich.