

Seite 2

Nächtlicher Hustenreiz

Seite 3

Halsschmerzen

Wir haben Tipps, wie Sie
sie schnell los werden

Seite 4

Gratis Hautanalyse

Erfahren Sie mehr über
Ihr Hautbild

Zeit für
Gesundheit

Liebe Kundinnen und Kunden, sehr geehrte
Leserinnen und Leser!

Ich hoffe, Ihr Start in das Jahr 2024 ist gut gelungen und wünsche Ihnen auf diesem Wege, dass sich Ihre Pläne und Vorsätze verwirklichen lassen. Wir wollen weiterhin Ihr Gesundheitsdienstleister sein, das Motto „Zeit für Sie“, nehmen wir unverändert ernst!

In diesem Sinne werden wir auch 2024 wieder Testwochen zu unterschiedlichen Gesundheitsthemen anbieten. Der Erfolg aus 2023 (fünf Testwochen zu verschiedenen Gesundheitsbereichen) und Ihr Interesse an diesen kostenlosen Tests sind ein klarer Auftrag für uns, auch heuer diese fortzusetzen.

Nehmen Sie sich Zeit für Ihre Gesundheit!

Aktuell planen wir vier Themenschwerpunkte:

DIABETES: Aktionswoche vom 11.-16.3.2024

CHOLESTERIN: Aktionswoche vom 15.-22.06.2024

ATEMGESUNDHEIT: Aktionswoche vom 23.-28.09.2024

VITAMIN D: Aktionswoche vom 18.-22.11.2024

Details zur Anmeldung und weitere Informationen zum Ablauf erhalten Sie in gewohnter Weise in unserer Apotheke oder auch über unseren Newsletter, der Sie stets zeitnah informiert!

Eine Anmeldung zum Newsletter liegt diesem Kundenmagazin bei, unsere MitarbeiterInnen helfen Ihnen gerne dabei.

Ich hoffe, ich kann Sie mit diesem Kundenmagazin „Zeit für Sie“ weiterhin dabei unterstützen, gesund zu bleiben, viel Spaß beim Lesen.



Mag. pharm. Martina Klose
Apothekerin

Warum hat man nachts einen verstärkten Hustenreiz?

Der Husten verstärkt sich nachts vor allem durch zwei Faktoren: Zum einen läuft das vermehrt gebildete Nasensekret im Liegen viel leichter in den Rachenraum ab, wo es einen Hustenreiz auslöst. Zum anderen kann eine verstopfte Nase dafür sorgen, dass man nachts verstärkt durch den offenen Mund atmet. Dadurch trocknen die bereits empfindlichen Atemwegschleimhäute zusätzlich aus, was wiederum eine weitere Reizung der Hustenrezeptoren bedingt.

Tipps gegen Husten in der Nacht: Sorgen Sie für ein gesundes Raumklima und erhöhen Sie die Luftfeuchtigkeit in den Schlafräumen. Achten Sie auf eine erhöhte Schlafposition, das

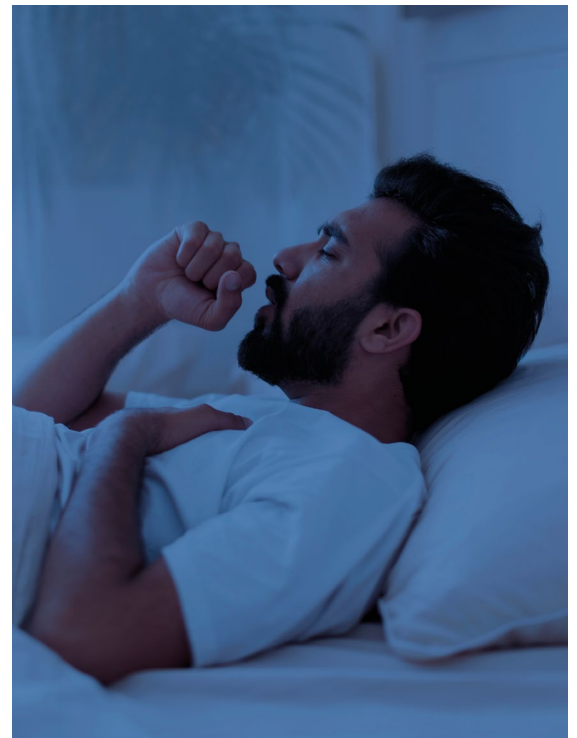
erleichtert Ihnen das Atmen und sorgt für ein besseres Abfließen des Schleims. Unterstützen Sie Ihren Körper mit pflanzlichen Arzneimitteln. Inhaltsstoffe wie Isländisches Moos beruhigen den produktiven Husten, ohne den natürlichen Hustenreflex zu unterdrücken.

Lassen Sie sich am besten in der Apotheke beraten. Auch Hausmittel sollten Sie immer nur vorübergehend anwenden. Bessern sich die Beschwerden binnen kurzer Zeit nicht, sollten Sie zum Arzt gehen.

WERBUNG



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



Blutzucker – Gratis Testwoche März, 2024

Blutzucker messen müssen nur Zucker- kranke? Stimmt nicht. Auch Personen ohne Diabetes mellitus sollten ihren Blutzuckerspiegel im Blick behalten.

Menschen, die aufgrund ihrer Zucker- krankheit in Behandlung sind, messen regelmäßig ihren Blutzucker. Das ist wichtig, um einer Unter- und Überzuckerung vor- zubeugen. Sind die Blutzuckerwerte gut eingestellt, sinkt das Risiko für schwere



Kritisch ist es, wenn die Betroffenen nichts von den schlechten Blutzuckerwerten wis- sen. Das ist keine Seltenheit. Ein Diabetes verursacht lange keine Beschwerden.

Persönliche Beratung wird bei uns groß- geschrieben! Überzeugen Sie sich und kommen Sie in unsere Apotheke!

Das haben wir für Sie am Faschingsdienstag/13. Februar 2024 ...



1. „Helau!“ ruft man in...
2. Das größte Organ des Menschen.
3. Karneval heißt in Österreich...
4. Villacher Faschingsruf.

Tipps gegen Halsschmerzen

Es kratzt im Hals, das Schlucken tut weh: Halsschmerzen können ganz schön lästig sein. Oft sind sie die Vorboten einer Erkältung oder eines grippalen Infekts. Aber auch andere Krankheiten können sich dahinter verbergen. Mit Lutschtabletten und Rachensprays bekommen Sie die Beschwerden schnell in den Griff.



Es gibt einige hilfreiche Tipps bei Halsschmerzen, die man anwenden kann, um den Krankheitsverlauf möglichst milde zu belassen. Viel trinken: Nach Möglichkeit

WERBUNG

sollten es mindestens zwei Liter am Tag sein – am besten Wasser oder ungesüßter Tee. Ist die Halsschleimhaut entzündet, kann beispielsweise Tee mit Salbei lindernd wirken.

Bei Halsschmerzen hat sich seit jeher Wärme bewährt. Ein einfacher Schal oder ein Tuch halten den Hals warm und regen die Durchblutung an.

Auch Gurgeln ist ein beliebtes Hausmittel bei Halsschmerzen. Ein halber Teelöffel Salz in einer Tasse mit warmem Wasser aufgelöst und anschließend gegurgelt, kann die Beschwerden verbessern.

WERBUNG



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



Antibiotikum? Darmflora ergänzen!

OMNi-BiOTiC® 10 AAD:
Ihrem Mikrobiom zuliebe.



Institut
AllergoSan

Institut AllergoSan Pharmazeutische Produkte Forschungs- und Vertriebs GmbH

www.omni-biotic.com

GUTSCHEIN
€ 3,-
Art.-Nr. 81622



* € 3,- Gutschein gültig für OMNi-BiOTiC® 10 AAD (20, 30 oder 40 Stk.) bis 29. Februar 2024, einlösbar in Ihrer Alte Leopoldsapotheke. Keine Barablöse möglich, pro Person und Packung nur 1 Gutschein einlösbar. **Hinweis für die Apotheke:** Eingelöste Gutscheine bitte Ihrem AllergoSan-Außendienst-Mitarbeiter übergeben. Art.-Nr. 81622



Faschingsdienstag

in Ihrer Apotheke

Liebe Kunden,
am 13.02. ist es wieder soweit - wir feiern Faschingsdienstag in Ihrer Apotheke! Tauchen Sie ein in die fröhliche Atmosphäre und erleben Sie gemeinsam mit uns einen Tag voller Spaß und Frohsinn.

Was Sie erwartet:

Kostümpremierung: Zeigen Sie uns Ihr kreativstes Faschingskostüm und gewinnen Sie den besten Faschingskrapfen Wiens!

Wussten Sie, dass...?

- Wir am Samstag von 8:00 bis 18:00 geöffnet haben.
- Wir „UNIQA Lara“ Partner sind.
- Wir Sie in vielen Sprachen beraten können.
- Wir weiterhin PCR- und Antigentests anbieten. (kostenpflichtig!)

Hautanalyse in der Apotheke

Nach dem strapaziösen Winter mit Kälte, Masken und trockener Heizungsluft, freut sich unsere Haut wieder über mehr Zuwendung. Zeit, sie ganz genau unter die Lupe zu nehmen!

Im Rahmen unserer kostenlosen Hautanalyse erfahren Sie mehr über Ihr individuelles Hautbild und die passende Pflege.

Wie es um Ihre Haut steht und welche Eigenheiten sich in bestimmten Gesichtsbereichen zeigen (trockene Stellen, Kollagenabbau, Sonnenschäden und mehr), können wir direkt in der Apotheke mit unserem Hautanalysegerät bestimmen. Und zwar schnell und unkompliziert:

Die Hautpartien und Hautveränderungen werden mithilfe von verschiedenen Beleuchtungsmethoden schon nach wenigen Sekunden erfasst und von unseren Apotheker*innen analysiert.

