

Gesundheitsmagazin



Umfassende Informationen Ihrer Apotheke in Nagel



Sparen Sie – mit unseren Angeboten und Dauer- tiefpreisen auf Seite 3.

Apropos



Liebe Kundinnen, liebe Kunden,

mit der Adventszeit hat auch die alljährliche Suche nach den passenden Geschenken für Freunde und Verwandte wieder begonnen. Nicht nur ältere Menschen wünschen sich vor allen Dingen Gesundheit.

Ob Vitalstoffe für Fitness und Wohlbefinden, Pflegeprodukte für Gesicht und Körper oder entspannende Wellnessstees – auch bei uns finden Sie garantiert das passende Geschenk. Je größer der Altersunterschied zwischen Schenkendem und Beschenktem, desto schwieriger ist es in der Regel, ein schönes Geschenk zu finden. Hinzu kommt, dass insbesondere die Großeltern nur noch selten Wünsche äußern. Mit einem Präsent aus der Apotheke sind Sie bei Senioren immer auf der richtigen Seite – zu Weihnachten empfehlen wir Stärkungspräparate, Mineralstoffe für gesunde Knochen, Pflegeprodukte für reife Haut. Oder wie wäre es mit einem neuen Blutdruckmessgerät? Auch Schönheit ist ein oft geäußelter Wunsch. Egal ob jung oder alt, Mann oder Frau – unser Kosmetiksoriment bietet eine breite Palette an hochwertigen Pflegeprodukten. Ob Reinigungs-emulsionen für sensible Haut oder Tages- und Nachtpflege für trockene Haut, Aknepräparate oder Anti-Aging-Produkte: Die Auswahl ist ebenso groß wie schwierig. Denn jeder Hauttyp hat andere Ansprüche. Wir helfen Ihnen durch kompetente Beratung, das richtige Produkt zu finden. Natürlich verpacken wir Ihre Geschenke auch gerne festlich – damit Sie unter dem Weihnachtsbaum richtig zur Geltung kommen.

Herzliche Grüße,



Ihre Marianne Schrickler-Hager und das gesamte Team.

Depression oder Burnout?

Wenn scheinbar die Arbeit krank macht ...



Das Wort Burnout ist in aller Munde, aber ist es nur eine Modediagnose für einen altbekannten Zustand, z. B. eine Depression? Ob Burnout auf dem Vormarsch ist oder nur häufiger diagnostiziert wird, klar ist: Man kann Burnout von Depression unterscheiden, auch wenn die Beschwerden manchmal ineinander übergehen. Wer an Symptomen wie Freudlosigkeit, Erschöpfung, Appetitlosigkeit, Schlafproblemen oder Antriebslosigkeit leidet, sollte sich an einen Psychotherapeuten oder seinen Hausarzt wenden. Er kann die richtige Diagnose stellen oder an einen Facharzt überweisen. Denn es gibt in beiden Fällen Hilfe.

► Fortsetzung auf Seite 2

Tipp des Monats

Weihnachtsgeschenke in letzter Minute

Mehr dazu auf Seite 4

Seite 4

Buchtipps

Unser Buchtipps für entspannte Weihnachtsfeiertage: Ein spannender Historienschröcker von Sabine Weigand

Mehr dazu auf Seite 4

Seite 4

Arthrose in den Fingern

Gelenkschmerzen durch Bewegung lindern

Unsere Hände und Finger sind unsere wichtigsten Helferlein im Alltag. Umso schlimmer, wenn sie schmerzen und sich schlecht bewegen lassen. Zum größten Teil sind Frauen von Gelenkschmerzen in den Fingern, einer sogenannten Fingerarthrose, betroffen. Diese schmerzliche Erkrankung tritt meist schubweise und vor allem bei Frauen nach den Wechseljahren auf. Es handelt sich nicht um einen Gelenkverschleiß wegen erhöhter körperlicher Belastung, sondern die Gelenkabnutzung ist in der Regel vererbt. Eine hormonelle Ursache scheint mit beteiligt zu sein.

Drehbewegungen schmerzen

Bei der Fingerarthrose entstehen an den Gelenken entzündliche Knötchen, die man tasten kann. Sie sind als Vorwölbungen sichtbar. Wenn mehrere Fingergelenke betroffen sind, spricht man von Polyarthrose. Wenn die äußeren Fingergelenke entzündet sind, heißt die Diagnose Heberdenarthrose, bei den inneren Fingergelenken handelt es sich um Bouchardarthrose. Wenn das Daumengelenk schmerzt, wird dies als Rhizarthrose bezeichnet. Schmerzen beim Griff nach schweren Gegenständen sowie bei Drehbewegungen sind für Fingerarthrose typisch. Man

kann nicht mehr so kräftig zupacken und die Fingergelenke schmerzen und werden zunehmend steif. Eine Fingerarthrose kann aber auch völlig schmerzfrei verlaufen.

Knochenanbauten an den Gelenken

Bei verschleißbedingten Schäden am Knorpel treten außen sichtbare Knochenanbauten an den Gelenken (Heberdenknötchen) auf, die den Druck auf das Knorpelgelenk auffangen sollen. Auch zystische Verdickungen können entstehen, da mehr Gelenkflüssigkeit produziert wird, die auch Entzündungsstoffe und Abwehrzellen enthält. Mit der Zeit kommt es durch den Abrieb der Gelenke, Entzündungen und Schmerzen zu einer Schonhaltung der Gelenke, die zur Folge hat, dass die Gelenkflüssigkeit den Knorpel noch schlechter mit Nährstoffen versorgen kann. So treten immer wieder akute Arthroseschübe auf.

Wassergymnastik besonders wohltuend

Der Arzt kann durch eine Röntgenuntersuchung feststellen, wie stark die Arthrose fortgeschritten ist. Die Therapie sieht einerseits eine mechanische, andererseits eine medikamentöse oder operative Behandlung vor. Das Ziel ist, die Beweglichkeit zu erhalten. Wassergymnastik mit



den Fingern oder Übungen mit einem Softball wirken sich besonders positiv aus. Generell gilt: Schwere Lasten nur mit einem Griff tragen, bei nasskaltem Wetter Handschuhe anziehen, öfter warme Handbäder durchführen, starke Belastung der Fingergelenke meiden (auch entsprechende Sportarten wie z. B. Skifahren) und geeignete Hilfsmittel zum Öffnen von Flaschen oder Gläsern einsetzen.

Bei Arthroseschub sofort mit Behandlung starten

Da bei jedem Entzündungsschub Knorpel abgebaut wird, sollte man diesen so schnell wie möglich behandeln. Entzündungshemmende und schmerzstillende Medikamente oder Pflanzenstoffe (Brennnessel, Weidenrinde, Teufelskrallen, Pappel, Goldrute) sind hier sinnvoll. In manchen Fällen rät der Arzt zu Injektionen

mit Hyaluronsäure, da diese als natürlicher Stoff in der Gelenkflüssigkeit vorkommt und die Reibung zwischen den Gelenken verringert. Bei der Daumensattelarthrose kann eine äußerlich angelegte Schiene helfen. Operationen kommen nur in sehr seltenen Fällen zum Einsatz.

Gutschein

Gegen Vorlage erhalten Sie einmalig eine

Weihnachtstasche

für nur 0,98 €

nur 0,98 €

Pro Person nur ein Gutschein. Gültig vom 01.12. – 31.12.2014 und nur solange Vorrat reicht.

Schüßler-Salze unterstützen Bindegewebe, Knochen und Knorpel

Nr. 12
Calcium
Sulfuricum D6

Nr. 12 Calcium Sulfuricum D6 – Das Salz für die Gelenke

Nach der „biochemischen Heilweise“ von Dr. Wilhelm Schüßler (1821-1898) treten Krankheiten aufgrund von Störungen im Mineralstoffhaushalt der Zellen auf. Durch spezielle Aufbereitung der Mineralsalze und in homöopathischer Dosierung helfen nach der Lehre von Dr. Schüßler die von ihm entwickelten – ursprünglich zwölf – Schüßler-Salze und ihre Ergänzungsmittel dabei, dass sich chemische Abläufe in den Zellen normalisieren. Auch die Selbstheilungskräfte des Organismus sollen aktiviert werden.



Reinigendes und regenerierendes Schüßlersalz

Das Schüßlersalz Nr. 12 (Calcium Sulfuricum) in der Potenz D6 dient der Reinigung und

Regeneration. Schwefelsaures Calcium (Kalziumsulfat) kommt im Körper an vielen Stellen vor, auch im Knorpel und als Bestandteil von Aminosäuren. Das Kalzium hilft den Zellen bei der Abgabe von Hormonen und Enzymen, die bedeutsam für den Stoffwechsel sind. Sulfat wiederum regt die Verbrennung in den Zellen an, so dass neue Energie gewonnen wird. Außerdem hilft es dabei, Knorpelsubstanz aufzubauen. Das Bindegewebe und Stützgewebe wird ebenfalls unterstützt.

Ausscheidung von Abfallprodukten

Kalziumsulfat ist auch in der Galle oder Leber zu finden. Hier unterstützt es den Abtransport und das Ausscheiden von Abfallprodukten. Es klärt auch die Lymphe. Doch auch Haut, Schleimhaut und Drüsen können positiv beeinflusst werden. Calcium Sulfuricum verfügt ergänzend über eine entzündungshemmende, reinigende und schleimlösende Wirkung auf die Schleimhäute. Es treibt daher auch den Eiter aus und kann den Stoffwechsel und die Zellenneubildung anregen.

Zusätzlich hat es eine Verbindung zu Knochen und Knorpeln und ist daher auch von Bedeutung bei Rheuma, Gicht und Gelenkerkrankungen.

Anwendung bei eitrigen Prozessen

Einen Mangel an Calcium Sulfuricum kann man an eitrigen Prozessen im Körper erkennen. Besonders im Bereich der Schleimhäute und des Nasen-Rachen-Raumes können dies Schleimhautkatarrh, eitrige Mandelentzündung, Nasennebenhöhlenentzündung oder Mittelohrentzündung sein. Auch chronische rheumatische Erkrankungen oder Knochenwachstumsstörungen können ein Hinweis auf Calcium Sulfuricum-Mangel sein. Das Schüßlersalz Nr. 12 kann allerdings auch bei Blasen- und Nierenentzündung sowie Rachitis zum Einsatz kommen.

Noch ein Tipp:

Wer sein Binde- und Stützgewebe besonders unterstützen möchte, kann das Schüßlersalz Nr. 12 zusammen mit der Nr. 11 (Silicea) einnehmen.

Im neuen Jahr setzen wir unsere Schüßler-Reihe fort und stellen weiterhin interessante Salze vor.

Vorschau

Januar-Ausgabe:

Schüßler-Salz Nr. 17
Manganum sulfuricum

Pflanzenstarke Hilfe gegen Halsschmerz und -entzündung

Mit Beginn der nasskalten Tage sind sie wieder da – Halsschmerzen. In etwa 80 Prozent der Fälle sind es Viren die über die Atemluft in den Hals- und Rachenraum eindringen, die Schleimhäute besiedeln und Halsschmerzen sowie Schluckbeschwerden hervorrufen.

Jetzt ist wirksame Hilfe gefragt, welche sowohl das Symptom, die unangenehmen Halsschmerzen, bekämpft als auch im Optimalfall auch gegen die Ursache der Beschwerden, die Entzündung im Rachen, vorgeht.

Präparate mit den speziellen Pflanzen wie der **Arzneipaprika, Pockholz und Kermesbeere**, welche gemeinsam gegen den unangenehmen Halsschmerz und die Entzündung im Rachen wirken, sind dann besonders hilfreich.

Capsaicin aus der **Arzneipaprika** wirkt schmerzlindernd, indem es, ähnlich wie ein Wärmepflaster, wärme- und schmerzleitende Nervenfasern zuerst aktiviert und dann desensibilisiert. Anwender verspüren dies kurzfristig als

prickelnde Schärfe, ähnlich wie einen wärmenden Schal von innen, gefolgt von einer Schmerzlinderung im Hals.

Durch die schmerzlindernde Wirkung können Halsschmerzen schon nach kurzer Anwendungsdauer deutlich reduziert werden.

Alle drei pflanzlichen Wirkstoffe gehen zusätzlich gezielt gegen die Ursache der Schmerzen, die Entzündung im Rachen, vor.

Die entzündungshemmende Wirkung lindert außerdem schmerzhafte Rötungen und Schwellungen im Hals-Rachenraum.

Die Zusammensetzung dieser rein pflanzlich wirkenden Kombination aus **Arzneipaprika, Pockholz und Kermesbeere** ist daher aufgrund der besonderen Wirkkraft, direkt gegen den Halsschmerz vorzugehen, sowie auch nachhaltig die zugrunde liegende Entzündung zu bekämpfen, bei Halsschmerz besonders zu empfehlen.

Fortsetzung von Seite 1:

Depression oder Burnout? – Wenn scheinbar die Arbeit krank macht ...

Facharzt kann Burnout erkennen Anhand eines bestimmten Fragekatalogs kann ein Arzt feststellen, ob ein Patient an Depression oder Burnout leidet. Die Diagnose Burnout ist zwar im Gegensatz zur Depression nicht in der sogenannten ICD-10-Klassifizierung der WHO enthalten, sie kann aber als Zusatzdiagnose erfasst werden („Probleme bei der Lebensbewältigung“). Oftmals tritt ein Burnout auf, bevor man in eine schwere Depression gleitet. Typisch ist, dass die Überlastung im Arbeitsbereich gesucht wird. Es fällt Betroffenen aber leichter, einem Arzt zu sagen, sie fühlten

sich ausgebrannt als über eine Depression zu sprechen. Dies ist ein Vorteil, da die Hemmschwelle, Hilfe zu suchen, gesunken ist.

Beim Burnout hilft kein Urlaub

Ein Fehlschluss wäre, zu glauben, dass man alleine wegen Arbeitsüberlastung in einen Burnout oder eine Depression schlittern kann. Auch zu wenig Schlaf oder zu wenig Urlaub sind nicht das Problem, und längere Schlafzeiten und ein langer Urlaub können beim Burnout auch nicht helfen. Im Gegenteil: Wer sich nach dem Trip in die Ferien nicht erholt fühlt, sollte sich an einen Arzt

wenden. Die Ursachen für die Erschöpfung liegen in einem Mangel an emotionalen und psychischen Ressourcen, so dass der arbeitsbedingte Stress nicht mehr ausreichend verarbeitet werden kann. Wer merkt, dass er trotz erhöhten Arbeitspensums und großer Anstrengung seine Arbeit nicht mehr so sorgfältig erledigen kann wie früher und sich erschöpft fühlt, sollte ebenfalls Hilfe suchen.

Einstige Hobbys interessieren nicht mehr

Häufig hört man aus dem Umfeld von Burnout-Betroffenen, dass diese sich über ehemalige Hobbys oder Freizeitinteressen nicht mehr freuen können. Auch wird von Arbeitskollegen oft ein gewisser Zynismus festgestellt. Patienten mit Burnout leiden jedoch im Gegensatz zu Depressiven, die oft mit Durchschlafstörungen, zu frühem Erwachen und Morgenverstimmung zu kämpfen haben, eher an Einschlafstörungen. Generelle Minderwertigkeitsgefühle, die für Depressive charakteristisch sind, treten beim Burnout-Syndrom meist nicht auf. Wer sich freudlos, erschöpft und traurig fühlt, Angstzustände hat, gereizt oder aggressiv ist oder vermehrt zu Alkohol greift, sollte ärztlichen Rat suchen. Letzteres

kann besonders bei Männern Kennzeichen einer Depression sein, da eine depressive Verstimmung sich bei Männern und Frauen unterschiedlich äußert.

Leistungsorientiertes Arbeitsverhalten typisch

Gerade die Freizeit kommt bei Burnout-Patienten zu kurz. Hochmotivierte, oft junge, Menschen arbeiten bis in den späten Abend und nehmen sich auch mal Arbeit mit ins Wochenende. Häufig treiben sie zwar Sport, was für die Stressbewältigung positiv wäre, diesen aber eher exzessiv und leistungsorientiert. So findet keine echte Regeneration und Entspannung statt. Eine Erschöpfungsdepression kann meist in drei Phasen beobachtet werden: Monate- oder jahrelang leidet man an reizbarer Schwäche. In der zweiten Phase treten körperlich bemerkbare Symptome auf. In der dritten Phase ist man völlig erschöpft.

Entspannung wieder neu erlernen

Betroffene müssen gezielte Entspannungstechniken, sozusagen auf Rezept, erst wieder erlernen. Auch das Aufnehmen von Hobbys, z. B. von früher, ist Teil der Therapie. Wichtig sind auch das zwanglose Treffen mit Freun-

den und Kontakte außerhalb der Arbeitswelt: Diese gilt es, systematisch zu pflegen. Und diese Freizeittermine gehören genauso regelmäßig in den Terminkalender wie geschäftliche Einträge. Im Gespräch mit einem Therapeuten können Betroffene herausfinden, welche Lebensziele eigentlich erstrebenswert erscheinen. Und wie sich kleine Schritte davon umsetzen lassen. Ob auch Medikamente wie Antidepressiva für die Therapie zum Einsatz kommen, entscheidet der Arzt.

Burnout durch aktive Freizeitgestaltung vorbeugen

Zur Vorbeugung von Burnout sollte man genau diese Regeln beachten: Arbeitszeit begrenzen, Freizeit und Wochenende zur Regeneration benutzen, Entspannungsphasen in den Terminkalender eintragen, regelmäßig Auszeiten mit Familie und Freunden vereinbaren, Computer und (Business-)Handy in der Freizeit ausschalten. Ob Konzert, Theater, Fußball oder Treffen mit Freunden, Wandern, Yoga, Hobbys ..., jeder kann für sich selbst herausfinden, was ihm gut tut und seine Kraftreserven aufbaut. Und besonders wichtig: Private Termine nicht wegen vermeintlichen Arbeitsanfalls absagen!



Unsere Monatsangebote – gültig vom 01.-31.12.2014



Lemocin
Lutschtabletten – 20 Stück

JETZT 4,48 €
~~UVP* 6,84 €~~



Nasic Ok
Nasenspray – 10 ml

JETZT 4,98 €
~~UVP* 6,90 €~~



Kamistad Gel
Gel – 10g

JETZT 4,98 €
~~UVP* 7,49 €~~



Omeprax Hexal 20 mg
Kapseln – 14 Stück

JETZT 8,48 €
~~UVP* 11,97 €~~



Grippostad C
Kapseln – 24 Stück

JETZT 6,98 €
~~UVP* 10,98 €~~



Vivinox Sleep Schlaftabletten stark
Tabletten – 20 Stück

JETZT 6,48 €
~~UVP* 8,50 €~~



Thomapyrin classic Schmerz
Tabletten – 20 Stück

JETZT 3,98 €
~~UVP* 5,85 €~~



Voltaren Schmerzgel
Gel – 120 g

JETZT 9,98 €
~~UVP* 14,79 €~~



Sinupret forte Dragees
Dragees – 20 Stück

JETZT 6,98 €
~~UVP* 9,90 €~~

Unsere Dauertiefpreise – immer günstig



Vitasprint B12
Trinkampullen – 30 Stück

JETZT 49,98 €



Orthomol Arthroplus
Granulat/Kapseln – 30 Stück

JETZT 49,98 €
~~UVP* 65,75 €~~



Bepanthen Wund und Heilsalbe
Salbe – 100 g

JETZT 9,98 €
~~UVP* 13,02 €~~

• Magnesium phos. D6 Tabletten – 1.000 Stück	13,98 € UVP* 17,60 €	-23%
• Iberogast Fluid – 100 ml	25,98 € UVP* 35,90 €	-28%
• Gelomyrtol forte Kapseln – 100 Stück	23,98 € UVP* 33,50 €	-28%
• Accu Chek Aviva Plasma Teststreifen – 50 Stück	24,98 € UVP* 27,99 €	-11%
• Crataegutt novo 450 mg Filmtabletten – 200 Stück	49,98 € UVP* 60,96 €	-18%
• Magnesium Verla N Dragees – 200 Stück	9,98 € UVP* 13,85 €	-28%
• Thermacare Rücken Wärmepflaster – 6 Stück	24,98 € Dauerhaft günstig!	
• Gingium® intens 120mg Tabletten – 120 Stück	59,98 € UVP* 89,99 €	-33%
• Prostagutt® forte Kapseln – 200 Stück	49,98 € UVP* 67,95 €	-26%

* Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Bei den genannten Sonderpreisen handelt es sich um eine unverbindliche Preisempfehlung der apodirekt GmbH. Den aufgeführten Apotheken ist die Beteiligung freigestellt. Nur solange Vorrat reicht, nur in haushaltsüblichen Mengen. Preise inkl. gesetzlicher MwSt. Irrtümer vorbehalten.

Weihnachtsgeschenktipps in letzter Minute

Sogar wenn Sie (fast) gar keine Zeit mehr haben ...

Falls es Ihnen auch so geht: Erst scheint Weihnachten noch in weiter Ferne, doch plötzlich stehen die Feiertage vor der Tür und guter Rat ist teuer. Brauchen auch Sie noch ein paar Geschenke auf die Schnelle, die immer gut ankommen?

1 Zum Selbermachen in letzter Minute:

Crunchy-Schoko-Creme – Leckerer Brotaufstrich für Schleckermäuler



Sie brauchen (2 Gläser à 190 g):

- 200 Gramm Butter (weich)
 - 3 EL Kakao (40 g)
 - 75 g Puderzucker
 - ½ TL Zimt
 - 80 g Mandeln, blanchiert (mit Honig und Salz)
- 1-2 Schraub- oder Weckgläser,
1-2 schöne Geschenkschleifen,
1-2 viereckige Stück Stoff (oder Servietten)

Und so geht's:

Butter, Kakao, Puderzucker und Zimt verquirlen. Sehr feingehackte Mandeln unterrühren, fertig. Die Creme in das Glas geben, gut verschließen. Das Stück Stoff oder die Serviette auflegen und mit einem Geschenkband mit einer Schleife schön verzieren (haltbar ein bis zwei Wochen im Kühlschrank).

Frau Bianca Küspert

Viel Spaß beim Kochen oder Basteln – und eine stressfreie Weihnachtszeit!



2 Und wenn Sie für's Selbermachen keine Muße mehr haben:

- Mit der ganzen Familie noch schnell zum Fotostudio gehen (Sofortentwicklung!) und ein schönes Familienfoto schießen: In einen Rahmen, Schleife herum ...
- Eine ausgefallene Mischung aus Pralinen, z. B. beim Konditor oder in der Süßwarenabteilung von Kaufhäusern, zusammenstellen lassen ...
- Gutschein für einen persönlich gestalteten gemeinsamen Abend basteln, z. B. einen Kochabend, einen DVD-Abend, einen Spiele-Abend ...
- Konzert-, Theater- oder Kinokarten bestellen (im Internet ausdrucken) ...
- Gemeinsames Urlaubsfoto mit Freunden als Mousepad im Fotostudio (auch online) bestellen und an die Freunde verschenken (Achtung, Lieferzeit beachten).

Unser Buchtipp

für entspannte Weihnachtsfeiertage:
Ein spannender Historienromän von Sabine Weigand

Wer Lust hat, sich über Weihnachten tief in die Zeit der Staufer im 12. Jahrhundert hineinzuträumen oder noch einen Geschenktipp sucht, dem sei das Buch der Schwabacher Autorin Sabine Weigand "Das Buch der Königin" empfohlen.

Ende des 12. Jahrhunderts. Es ist die berühmteste Geburtsszene des Mittelalters: Konstanze, Frau des deutschen Kaisers Heinrich VI., vierzigjährig, als unfruchtbar verschrien, hochschwanger. Um jeden Preis muss sie die Legitimität ihres Kindes sicherstellen. Und so bringt sie ihren Sohn öffentlich, auf dem Marktplatz von Jesi, zur Welt.

Die Nachwelt kennt sie als Mutter des Stauferkaisers Friedrich II. Aber welcher Weg liegt wirklich hinter Konstanze von Sizilien oder ihrem Mann, dessen Grausamkeit sie entsetzt?

Das Buch beginnt mit einem Prolog in der Kathedrale von Palermo im Jahr 1198. Königin Konstanze sitzt mit der Krone Siziliens auf ihrem Thron und erwartet im Dom die Krönung ihres einzigen, dreieinhalb-jährigen Kindes zum

Mitregenten und König Siziliens. Wie es dazu kommen konnte und welche Verwicklungen Konstanze durchstehen musste, um ihr Ziel zu erreichen, erfährt der Leser zu Beginn, im Jahr 1160, und in weiteren Highlights aus Konstanzes Leben ...

Ein spannend geschriebenes Buch aus der Sicht einer Königin, bei dem man Geschichte hautnah miterleben kann.

Sabine Weigand, Das Buch der Königin, Fischer Verlag, 464 Seiten.

Impressum

© Copyright/Herausgeber: apodirekt GmbH, Rednitzhembach.

Konzept & Umsetzung: gruenklee – kommunikation.design, Nürnberg.

Preisänderungen vorbehalten. Alle angegebenen Preise verstehen sich in Euro inkl. der gesetzlichen Mehrwertsteuer. Arzneimittel, die der Arzneimittelpreisverordnung unterliegen, haben in allen Apo-

theken einen einheitlichen Abgabepreis.

Für Druckfehler bei Preisangaben oder technischen Daten übernehmen wir keine Haftung. Die Ratschläge in diesem Magazin sind sorgfältig recherchiert und geprüft, dennoch kann eine Garantie nicht übernommen werden. Eine Haftung der Apotheke ist ausgeschlossen.



Apotheke in Nagel
Marianne Schrickler-Hager
Zehntweg 1
95697 Nagel

Tel. 09 236 - 98 15 0
Fax 09 236 - 98 15 13
www.apotheke-in-nagel.de

Öffnungszeiten:
Mo, Di, Do 8.00-12.30 & 14.30-18.30 Uhr
Mi 8.00-12.30 & 14.30-18.00 Uhr
Fr 8.00-18.00 Uhr
Sa 8.00-12.00 Uhr

Nützliche Rufnummern

- Notruf: 110 oder 112
- Rettungsdienst: 112
- Ärztl. Bereitschaftsdienst: 116 117
- Giftnotruf: 0911 - 39 82 451