

**Ribbeck-Apotheke
Potsdam**

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

**Ribbeck-Apotheke
Potsdam**

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

**Ribbeck-Apotheke
Potsdam**

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

**Ribbeck-Apotheke
Potsdam**

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

Cystinol® akut Dragees



Inhalt: 60 Stück
UVP: 20,96 €
15,95 €
24% Rabatt

Bepanthen® Wund- und Heilsalbe



Inhalt: 50 g
Preis 100 g: 15,00 €
AVP: 9,97 €
7,50 €
25% Rabatt

Femibion® 2 Schwangerschaft



Inhalt: 2 x 56 Stück
UVP: 63,49 €
51,95 €
18% Rabatt

Kadefungin® Kombipackung



Inhalt: 1 Stück
AVP: 11,97 €
8,95 €
25% Rabatt

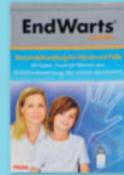
femiLoges® Tabletten



Inhalt: 30 Stück
AVP: 17,98 €
13,95 €
22% Rabatt

Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgabe nur solange der Vorrat reicht und in haushaltsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten. Preisnachlässe beziehen sich auf den UVP = vom Hersteller angegebene unverbindliche Preisempfehlung oder den AVP = für den Fall der Abgabe zu Lasten der gesetzlichen Krankenkasse (KK) vom pharmazeutischen Unternehmer zum Zwecke der Abrechnung der Apotheken mit den KK gegenüber der Informationsstelle für Arzneispezialitäten GmbH (IFA) angegebener einheitlicher Produkt-Abgabepreis im Sinne des § 78 Abs. 3 S. 1, 2, HS AMG, der von der KK im Ausnahmefall der Erstattung abzüglich 5% an die Apotheke ausgezahlt wird. Stand Juni 2021. Preise gültig vom 1.8.-31.8.2021.

**Endwärts®
Classic Lösung**



Inhalt: 3 ml
Preis 100 ml: 475,00 €
UVP: 16,95 €
14,25 €
16% Rabatt

**Coolakut®
Stich&Sun
Pfleegel**



Inhalt: 30 ml
Preis 100 ml: 24,17 €
UVP: 8,95 €
7,25 €
19% Rabatt

Imodium® akut lingual



Inhalt: 12 Stück
AVP: 12,36 €
8,95 €
28% Rabatt

**Vertigoheel®
Tabletten**



Inhalt: 250 Stück
AVP: 36,63 €
27,75 €
24% Rabatt

**Gehwol®
Schrunden
Salbe**



Inhalt: 125 ml
Preis 100 ml: 6,20 €
UVP: 10,45 €
7,75 €
26% Rabatt

Anzeige

**Mein Immunsystem – allzeit bereit
aminoplus® immun**

- mit sieben Aminosäuren
- mit Vitamin C, Zink und Selen – für ein gesundes Immunsystem
- Vitamin B6 – trägt zu einem normalen Eiweiß- und Glykogenstoffwechsel bei
- laktose-, gluten- und fructosefrei
- vegan



Viele Wege führen in die Ribbeck- und Birnbaum-Apotheke
Bestellen Ihrer Medikamente leicht gemacht:

| | | |
|--|-------------------------|--|
| Ribbeck-Apotheke 0331 52 04 12 | | Birnbaum-Apotheke 0331 96 76 36 06 |
| info@ribbeck-apotheke.de | | info@birnbaum-apotheke-potsdam.de |
| www.ribbeck-apotheke.de | | www.birnbaum-apotheke-potsdam.de |
| | Per App RezeptDirekt | |
| | | |
| | | shop.ribbeck-apotheke.de |
| | | |

Sie können entscheiden, ob Sie Ihre Bestellung persönlich in unserer Apotheke abholen, unseren Botendienst oder den Versand per DHL nutzen möchten.

natürlich gerne für Sie da ...



Apothekerin Bettina Zurek e. K.
Potsdamer Straße 181
14469 Potsdam
Tel. 03 31 / 52 04 12
Fax 03 31 / 52 01 25

Öffnungszeiten
Mo. - Fr. 8.00 - 18.30 Uhr
Sa. 8.00 - 13.00 Uhr

www.ribbeck-apotheke.de • info@ribbeck-apotheke.de

natürlich

DAS TUT MEINER GESUNDHEIT EINFACH GUT

Ausgabe August 2021

Beachten:
Darm-Check
im Sommer!

**Produkt
des Monats**



Magnesium in seiner reinsten Form!

Kaum einen Mineralstoff braucht unser Körper mehr als Magnesium! Sportler, stressgeplagte Menschen, Senioren, Schüler und Studenten, Schwangere und noch viele mehr profitieren von Magnesium. Unser regulafit® Magnesium 130 Citrat ist nicht nur stark, sondern auch rein. Es ist im Vergleich zu Massenprodukten frei von chemischen Zusatzstoffen wie Ascorbylpalmitat, Talkum, Siliciumdioxid sowie von Magnesiumoxid und Magnesiumsalzen der Speisefettsäuren. In seiner reinsten Form als Citratsalz hilft Magnesium dem Organismus besonders gut – und belastet nicht mit unnötiger Chemie!
Inhalt: 60 Kapseln

Rabatt 20% AKTIONSPREIS 11,15 €

**Ribbeck-Apotheke
Potsdam**

LIEBE LESERINNEN UND LESER

egal ob „Summer in the city“, „Walking on sunshine“, „Lass die Sonne in dein Herz“ oder „Lambada“ – die schönste Zeit des Jahres inspirierte Künstler aus aller Welt zu tollen Mitschwing-Sommerhits. Ein entspannter Nachmittag bei grooviger Musik und Sonnenschein schenkt uns Lebensfreude pur. Was zum perfekten Genuss einmal wöchentlich nicht fehlen darf? Ein leckeres Eis. Von cremig-süß bis fruchtig-frisch, von Schoko über Vanille und Stracciatella bis hin zu Himbeere ist für jedes Schleckermäulchen das Passende dabei. Experimentierfreudige stürzen sich auf die aktuelle „Eissorte des Jahres“: Mango-Chili. Und den aufkommenden Wissensdurst stillen Sie mit Ihrer neuen natürlich-Ausgabe.

natürlich empfiehlt:

Jetzt ist es amtlich – das „Bauchgefühl“ gibt es wirklich. Wussten Sie, dass Ihr Darm viel über Ihre Gesundheit verraten kann? Und ein Unterstützungs-Trupp aus Millionen von Bakterien im Dienst Ihres Wohlbefindens im Einsatz ist?! Sie wollen es jetzt genau wissen – dann ist der natürlich Darmcheck aus unserer Apotheke genau das Richtige.



VIEL SPASS BEIM LESEN UND SONNIGE VERWÖHNSTUNDEN!



natürlich-Apothekerin
Bettina Zurek,
Ribbeck-Apotheke, Potsdam

Bettina Zurek

Anzeige

Für feste Nägel, strahlende Haut und volles Haar



Brüchige Nägel sind speziell in der jetzigen Zeit ein Thema, das viele Frauen beschäftigt. Die Nägel werden durch häufiges Händewaschen und Desinfizieren stärker beansprucht als üblich. Neben einer extra Portion Pflege ist die Versorgung mit Vitaminen und Spurenelementen von innen für feste Nägel entscheidend. Diese gelangen über die Blutbahn direkt zu den Nagelwurzeln, wo sie die Struktur und den Nagelaufbau unterstützen. Bei regelmäßiger Einnahme tragen sie dazu bei, dass der Nagel beim Nachwachsen weniger spröde ist und sich eine feste Nagelplatte bildet. Das Schöne daran auch Haut und Haare profitieren hiervon.

Unsere Empfehlung für feste Nägel, strahlende Haut und volles Haar: Dr. Böhm® Haut Haare Nägel mit Silizium aus natürlichen Quellen, Biotin, Zink, MSM und vielem mehr.

Anzeige

Gastritol® Liquid – Die Alternative bei Magen- und Darm-Beschwerden



- Gegen Blähungen und Völlegefühl, krampflösend dank Gerbstoffen
- Wirkt ganz ohne Schöllkraut – reduziert Schmerzen im Oberbauch um 37%
- Enorme Hilfe für den Diabetiker durch erwiesene Wirksamkeit der einzigartigen Rezeptur aufeinander abgestimmter Heilpflanzen
- Verbessern Sie Ihre Lebensqualität durch wertvolle Bitterstoffe, schon mit 3x täglich 30 Tropfen

Gastritol® Liquid: Anwendungsgeb. ausschließl. aufgrund langjähriger Anw.: Traditionelles pflanzl. Arzneimittel, angewendet bei Erw. zur Linderung v. leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen) sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

069-V2-1.000-8

8 gesunde Pudelwohlfühl-Tipps



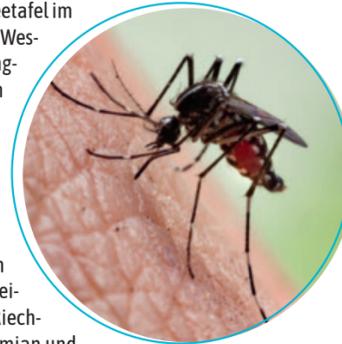
1. Gepflegte Sommerhaut: Cremen Sie sich 20 - 30 Minuten vor dem Sonnenbaden ein und legen dabei auf einen hochwertigen Schutz mit Hauttyp-entsprechendem Lichtschutzfaktor (LSF) Wert. Der LSF gibt an, wie viel länger man sich in der Sonne ohne Sonnenbrandrisiko aufhalten kann. Ergänzend tun Ihrer Haut zur Pflege von innen die Sommer-Begleiter Vitamin A, C und E, Provitamin B5, Zink, Eisen, Selen, Silizium oder Hyaluronsäure besonders gut.

2. Brille auf! Sonnenbrillen mit UV-Filter (optimal mit Breitbandschutz UV-400) blocken die für die Augen gefährlichen Wellen im ultravioletten Bereich ab. Große Gläser sind dabei im Trend und schützen zusätzlich vor grellem Lichteinfall von oben und der Seite. Apropos Augengesundheit: Omega-3-Fettsäuren tragen einen wichtigen Teil zum Erhalt der normalen Sehkraft bei.

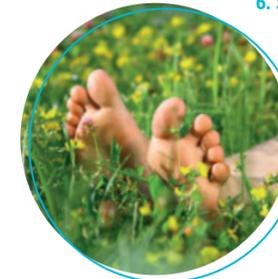
IN UNSERER APOTHEKE KÖNNEN SIE IHREN OMEGA-3-INDEX BESTIMMEN LASSEN!

3. Insektenalarm! Ein leckeres Picknick oder eine gemütliche Kaffeetafel im Freien – schon sind die Plagegeister nicht weit. Herumschwirrende Wespen nicht anpusten, das Kohlendioxid in der Atemluft bringt die hungrigen Summer erst so richtig auf die Palme. Stechmücken suchen durch den Duft ätherischer Öle schnell das Weiße. Citronella, Lemon-Eukalyptus, Zimt, Rosmarin, Zitronengras oder Pfefferminze wirken abschreckend.

4. Abkühlung gefällig? Eine belebende Wechseldusche liefert den echten Frischekick und verbessert zudem den Kreislauf. Falls Sie empfindlich auf den starken Temperaturunterschied an Rücken und Bauch reagieren, duschen Sie die ersten Male nur Arme und Beine ab und tasten sich langsam weiter. Auch ein handgemachtes Riechsäckchen mit Melisse, kombiniert mit Muskat, Pfefferminze, Thymian und Nelken wirkt anregend und belebend.



5. Gesunde Ernährung leicht gemacht: Zum einen freut sich im Sommer besonders die Verdauung über leichte Kost, zum anderen schenken uns die warmen Monate eine Vielzahl an frischen regionalen Leckereien. Hier gilt die 5er-Faustformel pro Tag. Essen Sie täglich 3 Portionen Gemüse und 2 Portionen Obst. Das Maß für eine Portion ist die eigene Hand. Daraus ergeben sich Mengen, die zu Alter und Körpergröße passen. Gurken, Tomaten und Wassermelone gelten übrigens als hervorragende „Wasserspender“.



6. Schenken Sie Ihren Füßen Zeit! Und zwar nicht nur für ein gepflegtes Aussehen in Sandalen, Flipflops und Co. Fußprobleme sind oft erste Warnzeichen für eine Reihe an Erkrankungen wie Diabetes oder Durchblutungsstörungen. Frühzeitig erkannt, sind belastende Spätfolgen häufig vermeidbar. Im Sommer heißt es zudem „Raus aus den Schuhen, ran an die Reflexzonen!“ Barfußlaufen stärkt die Fußmuskulatur, reguliert den Blutdruck und regt den gesamten Organismus an. Nichts Schöneres als das Gefühl von weichem Gras oder kribbelndem Sand unter den Füßen!

7. Hot, hot, hot: Wer kennt das nicht – kaum steigt das Thermometer, beginnen wir zu schwitzen. Heiße Temperaturen und starke körperliche Anstrengung führen zu vermehrter Ausscheidung. Dabei werden unerwünschte Giftstoffe, aber auch wichtige Mineralien über die Haut abgegeben. Ein ganz normaler Vorgang. Übermäßiges Schwitzen kann dagegen auf eine Störung im Organismus hindeuten (z.B. Eiweißmangel, Erkrankungen des Lymphsystems, Kreislaufprobleme, Mineralstoff-Störungen).

IHR MINERALSTOFF-STATUS KANN EXAKT BESTIMMT WERDEN. KOMMEN SIE MAL VORBEI.

8. Ab ins Land der Träume: Heiße Sommernächte rauben uns nicht selten den Schlaf. Vertrauen Sie deshalb auf die Kraft der Natur. Baldrian, Passionsblume, Hopfen, Lavendel und Melisse sind die perfekten Einschlaf-Helfer für traumhafte Nächte.

Belastende Pilzinfektionen

Raus aus der Tabuzone

Scheidenpilz ist für viele Frauen ein Tabuthema. Verständlich, schließlich spricht niemand gerne in offener Runde über seine intimsten Probleme. 75 % sind mindestens einmal im Leben von einer „Vaginal-Mykose“ betroffen, bei einigen tritt die Infektion gar chronisch auf. Übeltäter ist oft der Hefepilz *Candida albicans*. Die gute Nachricht: Es gibt Lösungen! Störungen im vaginalen Bereich lassen sich meist auf ein Ungleichgewicht im Organismus zurückführen. Sanfte und abgestimmte Produktkombinationen regulieren die natürliche Balance wieder in ein harmonisches Gleichgewicht. Gerne beraten wir Sie dazu zurückgezogen im vertraulichen 4-Augen-Gespräch.

Pilze gehören, wie andere Mikroorganismen (z.B. Milchsäurebakterien), zur gesunden Haut- und Schleimhaut-Flora dazu. Ein intaktes Immunsystem hält sie normalerweise in Schach. Das Problem: Bestimmte Faktoren begünstigen ihre ungebremste Vermehrung. Dabei kann es passieren, dass sie ihren „eigentlichen Aufenthaltsort“ wechseln, vom Darm in den vaginalen Bereich wandern und dort Beschwerden verursachen. Ein weiblicher Ausfluss, verbunden mit Brennen und starkem Juckreiz sind die Folge. Bei wiederkehrenden Scheidenpilz-Infektionen ist die Sanierung des Darms das A und O. Daneben empfehlen wir die gezielte Regulation des Säure-Basen-Haushalts. Pilze fühlen sich in einem übersäuerten Körpergewebe nämlich besonders wohl. Für den Erhalt des natürlichen Schutzmecha-

nismus im Intimbereich können Milchsäurebakterien (*Lactobacillus acidophilus*) eingesetzt werden. Bei der täglichen Pflege sind Produkte, die den natürlichen pH-Wert respektieren, besonders geeignet.

nismus im Intimbereich können Milchsäurebakterien (*Lactobacillus acidophilus*) eingesetzt werden. Bei der täglichen Pflege sind Produkte, die den natürlichen pH-Wert respektieren, besonders geeignet.

Das natürliche Gleichgewicht wieder herstellen.



Ursachen für die Entstehung einer Scheidenpilz-Infektion:

- geschwächtes Immunsystem
- Hormonschwankungen (Schwangerschaft, Wechseljahre)
- Einnahme bestimmter Medikamente (vor allem Antibabypille, Antibiotika)
- Stoffwechselstörungen (Diabetes mellitus)
- übertriebene Körperhygiene und synthetische Unterwäsche
- zuckerüberschüssige Ernährung
- dauerhafter Stress

natürlich sparen

Gutschein

20%
Rabatt

gültig vom
01.-08. August 2021

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

natürlich sparen

Gutschein

20%
Rabatt

gültig vom
09.-15. August 2021

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

natürlich sparen

Gutschein

20%
Rabatt

gültig vom
16.-22. August 2021

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

natürlich sparen

Gutschein

20%
Rabatt

gültig vom
23.-31. August 2021

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite