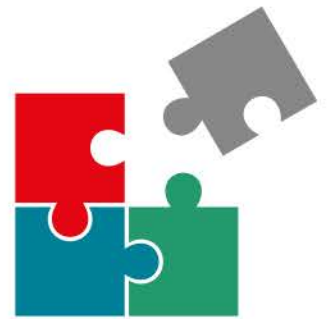


# BLICKPUNKT AUMEAS

02  
19

www.aumeas.de



Gesundheitsinformationen aus Ihrer Aukamm-, medicum- und Asklepios-Apotheke Wiesbaden

## Hunger



Martin Hofmann,  
Apotheker, Aukamm-  
Apotheke, Wiesbaden

Wir sind eine Gesellschaft der Satten. Und das nicht nur in Bezug auf Ernährung. Ob Unterhaltung, Freizeit oder Information, vielfach sind wir satt und nicht mehr aufnahmefähig. Kluge aber üben Verzicht. Immer öfter fasten Menschen – ein Neustart für Körper und Geist. Medizinische Studien zeigen: Fastenkuren haben tatsächlich heilsame Wirkungen. Kann eine dauerhaft verringerte Kalorienzufuhr sogar das Leben verlängern?

„Wenn Ihr fastet, macht kein finsternes Gesicht wie die Heuchler. Sie geben sich ein trübseliges Aussehen, damit die Leute merken, dass sie fasten.“ So steht es schon in der Bibel. Fasten hat somit ein schlechtes Image. Es hört sich nach Verzicht, Quälerei und nicht nach Wohlergehen und Zufriedenheit an. Die Hauptfastenzeit für die Deutschen ist aber nach wie vor die sieben Wochen vor Ostern – was auf den kirchlichen Ursprung verweist. Seit Aschermittwoch ist die Christenwelt wieder zur Entsagung aufgerufen, erst von Ostersonntag an dürfen die Gläubigen wieder schlemmen.

Lange galt das therapeutische Fasten als esoterische Spielerei. Doch medizinische Studien belegen inzwischen, dass Fastenkuren unbestreitbar heilsame

Wirkungen haben, die über das vorübergehende Abnehmen hinausgehen. Physiologen und Pharmaforscher haben sich darangemacht, die Biologie des Hungerns bis auf die Ebene der Enzyme und Neurotransmitter zu enträtseln.

Hungerperioden sind gut für den Organismus. Bei Hypertonikern etwa sackt der Blutdruck nach wenigen Fastentagen in den Normalbereich, Schmerzpatienten berichten von plötzlicher Besserung ihrer Leiden, und bei Zuckerkranken wirkt sich die Kalorienreduktion positiv auf den Insulinhaushalt aus.

Heute ist das Heilfasten nach Buchinger eine führende Methode. „Man sollte aber Fastenkuren nur unter Anleitung eines geschulten Fastenleiters durchführen“, so Sigrid Magnus, langjährige Fastenleiterin. (www.fastenwelt.com/begleiter/magnus-sigrid)

Als Ihre Apotheke dürften wir eigentlich aus unserem eigenen Interesse Fasten nicht empfehlen, denn nachweislich braucht man danach weniger Medikamente. Doch wir sind immer im Einsatz für Ihre Gesundheit, auch wenn Sie dabei einmal weniger Arzneimittel benötigen.

Kommen Sie gesund durch die Fastenzeit.

Herzlichst Ihr *Martin Hofmann*

## Unsere frostigen Highlights für Sie



### Dolormin Extra

20 Filmtabletten, statt 10,89 €\*



### HYLO COMOD

10 ml, statt 14,95 €\*  
Grundpreis 100 ml: 109,80 €



### MUCOSOLVAN 30mg/5ml

100 ml, statt 8,97 €\*  
Handreinigungsgel gratis\*<sup>1</sup>

## Wir sind gern für Sie da!



**AUKAMM**  
APOTHEKE

Parkstraße 29 • 65189 Wiesbaden  
Tel.: 0611-95016200 • Fax: 0611-95016299  
Mo.-Fr.: 8.30-18.30 Uhr, Sa.: 8.30-13.00 Uhr  
www.aukamm-apotheke.de



**medicum**  
APOTHEKE

Langenbeckplatz 2 • 65189 Wiesbaden  
Tel.: 0611-95016300 • Fax: 0611-95016399  
Mo.-Fr.: 8.00-19.00 Uhr, Sa.: 8.30-14.00 Uhr  
www.medicum-apotheke.de



**ASKLEPIOS**  
APOTHEKE

Schiersteiner Straße 42 • 65187 Wiesbaden  
Tel.: 0611-95016400 • Fax: 0611-95016499  
Mo.-Fr.: 8.00-19.00 Uhr, Sa.: 8.30-14.00 Uhr  
www.asklepios-apotheke.de

www.aumeas.de

## Aktionswoche Darmgesundheit

Viele Vorgänge im menschlichen Körper sind abhängig von einem gesunden und leistungsfähigen Darm. So spielt der Darm, neben der Verdauung auch eine große Rolle in unserem Immunsystem! Auch andere Erkrankungen, wie zum Beispiel Reizdarm, Blähungen, Müdigkeit oder Kopfschmerzen können ihren Ursprung in einer gestörten Darmflora haben.

Unser Team lädt Sie herzlich zu unserer Woche der Darmgesundheit ein!

\*Nur auf vorrätige Produkte. Ausgenommen sind bereits rabattierte Produkte sowie Gutscheine. Aktion ist nicht mit anderen Prozent-Coupons und Aktionen kombinierbar. Aktion gültig vom 11.02.-16.02.2019



\*Nur auf vorrätige Produkte. Ausgenommen sind bereits rabattierte Produkte sowie Gutscheine. Aktion ist nicht mit anderen Prozent-Coupons und Aktionen kombinierbar. Aktion gültig vom 04.02.-02.03.2019

Alle Angebote dieses Prospekts gültig vom 04.02. bis 02.03.2019 (mit Ausnahme der Coupon-Aktionen)

\*Bisheriger Preis in unserer Apotheke. Marken, Markenzeichen und Namen sind Eigentum der jeweiligen Rechteinhaber. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Verkauf nur solange Vorrat reicht. \*Abgabe Gratisartikel nur solange Vorrat reicht.

Frostige Angebote: Jetzt bis zu 38% sparen!



**Gingium extra 240mg**

120 Filmtabletten, statt 161,77 €\*



**BoxaGrippal Erkältungstabletten**

20 Tabletten, statt 12,97 €\*



**Zinkorotat-POS**

100 Tabletten, statt 21,10 €\*



10g, statt 10,97 €\*  
Grundpreis 100g: 69,80 €



**Iberogast**

50ml, statt 21,17 €\*  
Grundpreis 100 ml: 29,96 €



**Otriven Protect Nasenspray**

10ml, statt 6,88 €\*  
Grundpreis 100 ml: 49,80 €  
Lippenpflegekugel gratis\*1



**Dobendan Direkt classic oder Zuckerfrei**

je 24 Lutschtabletten, statt je 10,48 €\*



**Vitamin B-Komplex-ratiopharm**

60 Hartkapseln, statt 17,46 €\*



**MAGNESIUM Diasporal 400 EXTRA direkt**

50 Sticks, statt 21,95 €\*



**Meditonsin TROPFEN oder GLOBULI**

35g/8g, statt je 10,48 €\*  
Grundpreis 100g: 21,37 € / 93,50 €



**Diclo-ratiopharm Schmerzgel**

100g, statt 11,80 €\*



**Phytohustil Hustenreizstiller Sirup**

150ml, statt 9,98 €\*  
Grundpreis 100 ml: 4,65 €

\*Bisheriger Preis in unserer Apotheke. Marken, Markenzeichen und Namen sind Eigentum der jeweiligen Rechteinhaber. Irrtümer und Druckfehler vorbehalten. Verkauf nur solange Vorrat reicht. \*Abgabe Gratisartikel nur solange Vorrat reicht.