



TRAUNSTEIN
apotheker



03

**MODERNE
WUNDVERSORGUNG**

06

**PSYCHISCHE
GESUNDHEIT**

10

**AROMEN FÜR
HAUT UND SEELE**

gesund2.0
das Apotheken Magazin

Juli | August 2025
www.traunsteinapo.at

LIEBE KUND*INNEN, LIEBE FREUND*INNEN DER TRAUNSTEIN APOTHEKE!

Veränderung bedeutet Fortschritt – und genau diesen Schritt gehen wir in den kommenden Wochen gemeinsam mit Ihnen. Wir freuen uns, Ihnen mitteilen zu dürfen, dass unsere Apotheke ab Mitte August umfassend modernisiert wird. Ziel ist es, Ihnen künftig noch mehr Service, Komfort und Effizienz bieten zu können.

Ein zentraler Bestandteil der Umbaumaßnahmen ist die Neugestaltung unseres Verkaufsraumes. Dieser wird nicht nur moderner und übersichtlicher, sondern auch kundenfreundlicher gestaltet – für ein angenehmeres Einkaufserlebnis und eine bessere Orientierung. Ein besonderes Highlight wird dabei unser neuer L'Occitane Shop in Shop Bereich darstellen. Darüber hinaus investieren wir in modernste Technik. Ein Lagerroboter der neuesten Generation wird künftig für eine schnellere und effizientere Medikamentenlogistik sorgen. So gewinnen unsere Mitarbeitenden mehr Zeit für das, was wirklich zählt – nämlich die persönliche Beratung und Ihre Gesundheit.

Natürlich geschieht ein solcher Umbau nicht ganz ohne Auswirkungen auf den laufenden Betrieb. Eines können wir Ihnen jedoch versprechen: Wir bleiben während der gesamten Umbauphase für Sie da! Die Versorgung mit Arzneimitteln

und Ihre Betreuung stehen für uns an oberster Stelle.

Wir bitten jedoch um Ihr Verständnis, dass es während der Umbauarbeiten zu längeren Wartezeiten sowie temporären Einschränkungen in der Präsentation unseres Sortiments kommen kann. Seien Sie versichert, dass wir unser Möglichstes tun, um diese Unannehmlichkeiten für Sie so gering wie möglich zu halten.

Freuen Sie sich mit uns auf eine Traunstein Apotheke, die nicht nur technisch auf dem neuesten Stand ist, sondern auch weiterhin ganz nah bei Ihnen – persönlich, zuverlässig und zukunftsorientiert.

Herzlichen Dank für Ihre Treue und Ihr Verständnis!


Ihr Mag. pharm. Helmut Hiebl

**Folgen Sie uns!
ERHALTEN SIE MEHR
INFOS ZU AKTIONEN
UND TERMINEN AUF:**



Instagram



Facebook

Eis, Eis, Baby!

Und der Schmerz lässt nach.

Die **kühlende Wirkung** der **Trauma-Salbe** hilft bei **akuten Verletzungen** des **Bewegungsapparates** wie **Verletzungen der Muskeln, Gelenke, Sehnen, bei Tennisellbogen und Ischiasschmerzen oder akuten rheumatischen entzündlichen Beschwerden.**

**AKTION
-20%
vom 1.7. bis
31.7.2025**



Auch wärmend erhältlich!

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

FIEBERBLASEN BEI SONNE WAS SIE WISSEN SOLLTEN

Fieberblasen, auch bekannt als Herpes labialis, sind kleine, schmerzhafte Bläschen, die sich meist an den Lippen oder im Mundbereich zeigen. Viele Menschen bemerken, dass sich die Bläschen manchmal verschlimmern, wenn sie viel Sonne ausgesetzt sind. Warum ist das so?

Die Sonne kann das Immunsystem schwächen und die Haut austrocknen, was die Heilung verzögern und die Entstehung von Fieberblasen begünstigen kann. Außerdem kann UV-Strahlung die Herpesviren aktivieren, die im Körper schlummern und bei Stress oder Sonneneinstrahlung wieder ausbrechen.

Um Fieberblasen bei Sonneneinstrahlung vorzubeugen, ist es ratsam, einen Sonnenschutz für die Lippen zu verwenden, zum Beispiel einen Lippenbalsam mit UV-Schutz. Auch das Vermeiden von zu langer Sonnen-

exposition und das Pflegen der Lippen mit feuchtigkeitsspendenden Produkten kann helfen.

Mit ein bisschen Vorsicht können Sie also auch bei viel Sonne deine Lippen schützen und unangenehme Fieberblasen vermeiden. Bei Fragen beraten wir Sie gerne vor Ort bei uns in der Apotheke.



MODERNE WUND-VERSORGUNG
OHNE NARBEN

DIE OPTIMALE LÖSUNG FÜR ALLTAGSWUNDEN

Ein kleiner Kratzer beim Spielen oder eine üble Schürfwunde beim Sport – die Behandlung von Alltagswunden sollte nie auf die leichte Schulter genommen werden.

Falsch behandelt, kann es zu unnötigen Komplikationen kommen. Teilweise dauert es dann Wochen, bis die Wunde heilt. Oft sind bleibende Narben die Folge. Unter Experten gilt heute das Prinzip der sogenannten „Feuchten Wundheilung“ als Behandlungsmethode der Wahl. Im ersten Schritt muss die Wunde gründlich und möglichst gewebeschonend gereinigt werden. Am besten mit einer Reinigungslösung auf Tensidbasis. Speziell zu diesem Zweck wurde der **MediGel® Wundreinigungsspray** entwickelt. Einfach und bequem auf die Wunde gesprüht, haftet das natürliche Tensid an Schmutz und Bakterien und löst diese gründlich aus der Wunde. Verunreinigungen werden mit der Lösung ausgespült und Infektionen so auf natürliche Weise vorgebeugt – ganz ohne Alkohol und ohne Brennen.

Um einer Krustenbildung und dem damit verbundenen Narben-Risiko vorzubeugen, empfehlen Experten heute ein feuchtes Wundmilieu, weil Wunden so schneller und effektiver heilen. Dafür wird die Wunde

nach der Reinigung trocken getupft und im zweiten Schritt wird das moderne, hydroaktive **MediGel® Wund- und Heilgel** aufgetragen, welches Zink und Eisen enthält. Diese speziell von Hautärzten entwickelte hydroaktive Wund-Technologie schafft ein pH-Wert-optimiertes feuchtes Wundmilieu, ist dabei luftdurchlässig und schützt zudem gegen äußere Reizfaktoren. Die Heilungsdauer wird so deutlich reduziert, Schmerzen gelindert und das Infektions-Risiko minimiert. Entsprechend gut versorgt können Schnittverletzungen, Schürf-, Platz- oder Kratzwunden schnell und zuverlässig abheilen. Und das ganz ohne Krustenbildung und ohne den typischen Spannungsschmerz einer herkömmlichen trockenen Wundbehandlung. Bei Bedarf kann die Wunde zusätzlich mit einem Pflaster oder Verband abgedeckt werden.

Das abgestimmte Wundkonzept von MediGel® – die Kombination von Reinigungsspray und Wundgel – eignet sich für die ganze Familie und sollte in keiner Haus- und Reiseapotheke fehlen.



MediGel®

WUND-HEILGEL

20 g **€ 1,- SPAREN**

WUND-HEILGEL

50 g **€ 2,- SPAREN**

WUNDREINIGUNG-SPRAY

50 ml **€ 1,- SPAREN**

MediGel® Wund- und Heilgel und MediGel® Wundreinigungsspray sind Medizinprodukte. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsanweisung, Arzt oder Apotheker. Aktion gültig von 01.07. – 31.07.2025.

**ANTI
BRUMM®**



Nr.1 Mückenschutz
für die ganze Familie
www.antibrumm.at



**GENIESSE
DEN SOMMER!**
mit Anti-Brumm®

Der von Apothekern meist empfohlene Insektenschutz.
Vor Gebrauch lesen Sie bitte den Text auf dem ablösbaren
Etikett auf der Flasche oder fragen Sie Ihren Apotheker.

SEELEN-POWER
STATT SELBSTZWEIFEL

SIGNAL – KEINE SCHWÄCHE

Psychische Gesundheit beschreibt unser inneres Erleben – wie wir denken und fühlen, aber auch wie wir handeln. Sie bedeutet, dass sich ein Mensch seelisch und geistig wohl fühlt.

Ein Art Idealzustand, in dem ein Mensch sein Potential voll ausschöpfen kann, um mit Belastungen und Stress in seinem Leben fertig zu werden. Dank einer gesunden Psyche kann ein Mensch bei seiner Arbeit leistungsfähig sein. Er kann etwas zu seinem Umfeld - das heißt zum Leben seiner Familie, seiner Freund*innen, Bekannten und Nachbar*innen - beitragen. Psychische Gesundheit bedeutet nicht einfach die Abwesenheit von psychischen Belastungen oder Erkrankungen. Es gibt hier kein „Alles-oder-Nichts-Prinzip“: Die meisten von uns befinden sich die meiste Zeit irgendwo in der Mitte zwischen „gesund“ und „belastet“ beziehungsweise „krank“.

WENN DIE SEELE LEIDET

Wie die körperliche Gesundheit kann auch die Psyche aus dem Gleichgewicht geraten – etwa durch schwere Lebensereignisse wie

Verlust oder Trennung. Symptome wie Traurigkeit, Angst oder innere Unruhe sind häufige Reaktionen auf Stress. Halten diese länger an oder kommen weitere Beschwerden hinzu – z. B. Panikattacken, Suizidgedanken oder Wahnvorstellungen – sollte unbedingt professionelle Hilfe gesucht werden.

Psychische Erkrankungen treten in verschiedenen Formen und Schweregraden auf. Zu den häufigsten zählen Depressionen, Angststörungen, Sucht, Essstörungen oder Psychosen. Sie sind keineswegs selten, kein Zeichen von Schwäche und können jede*n treffen. Wichtig: Sie lassen sich in der Regel wirksam behandeln.

REDEN STATT RÖNTGEN

Im Gegensatz zu körperlichen Erkrankungen ist eine psychische Diagnose nicht mit einem einfachen Test möglich. Fachärzt*innen und Psychotherapeut*innen führen ausführliche Gespräche und setzen ggf. psychologische Tests ein, um Beschwerden einzuordnen





und andere Ursachen auszuschließen (z. B. körperliche Erkrankungen wie eine Schilddrüsenstörung).

Psychische Erkrankungen entstehen meist aus einem Zusammenspiel mehrerer Faktoren: biologische Einflüsse (z. B. genetische Veranlagung, Hirnstoffwechselstörungen), belastende Kindheitserfahrungen oder aktuelle Lebenskrisen. Wie anfällig jemand ist, hängt von der individuellen „Vulnerabilität“ ab.

AUF PAUSE DRÜCKEN – ACHTSAME PRÄVENTION

Auch im Bereich der seelischen Gesundheit gilt: Vorsorge lohnt sich. Stressbewältigung – etwa durch Yoga, Qigong sowie gezielte Atemübungen – und Selbstfürsorge helfen, Risikofaktoren zu reduzieren. Es lohnt sich, die eigenen Kraftquellen zu entdecken und diese auch zu nutzen. Frühzeitige professionelle Unterstützung – in Form von Coachings oder Gesprächstherapien – kann verhindern, dass sich eine psychische Erkrankung voll ausprägt – das verbessert die Heilungschancen erheblich.

SCHRITT FÜR SCHRITT ZURÜCK INS GLEICHGEWICHT

Psychotherapie bedeutet „Behandlung der Seele“. Ziel ist es, psychisches Leiden zu lindern oder zu heilen. Je nach Bedarf kann sie ambulant, stationär oder in tagesklinischer Form stattfinden. Anerkannte Verfahren, deren Kosten die Krankenkasse übernimmt, sind z. B. die kognitive Verhaltenstherapie, tiefenpsychologisch fundierte Therapie, Psychoanalyse und systemische Therapie. Psychopharmaka können – bei bestimmten Erkrankungen – den Hirnstoffwechsel stabilisieren, etwa bei Depressionen oder Psychosen. Dabei klären Ärzt*innen genau über Wirkungen und mögliche Nebenwirkungen auf.

Psychische Erkrankungen sind weit verbreitet und gut behandelbar. Eine offene Haltung, rechtzeitige Hilfe und passgenaue Therapieformen sind der Schlüssel zur seelischen Gesundheit. Wer früh auf Warnzeichen reagiert, kann viel für das eigene Wohlbefinden tun – und für das seiner Mitmenschen.



€2,- sparen

ANTI STRESS KOMPLEX

60 Stück | statt € 26,75
JETZT € 24,75



Fremde Keime nah und fern

Die Reiseversicherung für die ganze Familie.

NEU:
jetzt auch als
DIREKT-STICK



Institut
AllergoSan
Institut AllergoSan Pharma GmbH

www.omni-biotic.com



* € 3,- Gutschein gültig für OMNi-BiOTiC® REISE Direkt-Sticks (28 Stück) oder OMNi-BiOTiC® REISE Sachets (28 Stück) bis 31. August 2025, einlösbar in Ihrer Apotheke. Keine Barablässe möglich, pro Person und Packung nur 1 Gutschein einlösbar. **Hinweis für Apotheken:** Eingelöste Gutscheine bitte Ihrem AllergoSan-Außendienst-Mitarbeiter übergeben. Art.-Nr. 80666

GUTSCHEIN
€ 3,-
Art.-Nr. 80666



Ein Sommer
voller Spiel,
Spaß und
Abenteuer.



Lindert Juckreiz und Hautirritationen
z.B. bei Insektenstichen und Sonnenbrand

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. Marken sind Eigentum der Haleon Unternehmensgruppe oder an diese lizenziert.
Wirkstoff: Dimetindenmaleat.
Stand: 02/2025.
Haleon - Gebro.

***2€-Gutschein gültig für Fenistil Gel 50 g (PZN 0622115) vom 1. 7. bis 31. 8. 2025 einlösbar in Ihrer Apotheke. Hinweis für Apotheken:** Eingelöste Gutscheine bitte Ihrem Haleon - Gebro Außendienst-Mitarbeiter zur Refundierung übergeben.

DÜFTE, DIE GUTTUN ÄTHERISCHE ÖLE FÜR EINE BESONDERE LEBENSPHASE

Die Zeit der Schwangerschaft und Geburt ist für viele Frauen eine ganz besondere Lebensphase – geprägt von Vorfreude, aber auch von tiefgreifenden körperlichen und emotionalen Veränderungen.

Hormonelle Umstellungen, neue Herausforderungen im Alltag und die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper fordern werdende Mütter. In dieser sensiblen Zeit suchen viele nach sanften, natürlichen Wegen zur Unterstützung ihres Wohlbefindens – und stoßen dabei auf die Möglichkeiten der Aromatherapie. Sie bietet während der Schwangerschaft eine wertvolle Möglichkeit, Körper und Seele sanft zu unterstützen.

AROMATHERAPIE – ZWISCHEN INSTINKT UND WISSEN

Bei der Aromatherapie kommen ätherische Öle zum Einsatz – hochkonzentrierte Pflanzenextrakte, die über Haut oder Geruchssinn wirken. Richtig angewendet, können sie beruhigend, stimmungsaufhellend, entspannend oder vitalisierend sein. Gerade in der Schwangerschaft – wenn viele Medikamente nicht infrage kommen – kann die Aromatherapie eine sanfte Alternative sein, etwa zur Linderung von Übelkeit, bei innerer Unruhe, Schlafproblemen oder zur Pflege beanspruchter Haut.





WAS ERLAUBT IST, WAS WIRKT, WAS GUTTUT

So hilfreich ätherische Öle auch sein können – in der Schwangerschaft gelten besondere Regeln. Denn nicht alle Öle sind geeignet, einige können sogar kontraproduktiv oder riskant sein. Umso wichtiger ist ein bewusster und achtsamer Umgang:

- **Setzen Sie auf Qualität:** Verwenden Sie ausschließlich naturreine ätherische Öle in Bio- oder Demeter-Qualität. Diese Zertifizierungen garantieren Reinheit und hohe Standards bei Anbau und Verarbeitung.
- **Achten Sie auf die richtige Dosierung:** In der Schwangerschaft ist weniger mehr. Es wird empfohlen, nur etwa die Hälfte der üblichen Erwachsenendosierung zu verwenden.
- **Äußere Anwendung bevorzugen:** Verzichtern Sie während der Schwangerschaft auf die innere Einnahme ätherischer Öle. Sicher sind Anwendungen wie Aromamassagen (mit verdünnten Ölen), Bäder oder Raumdufte.

- **Geruchsverträglichkeit prüfen:** Viele Frauen reagieren in der Schwangerschaft besonders empfindlich auf Düfte. Testen Sie daher neue Öle stets mit einer kleinen Geruchsprüfung, bevor Sie diese verwenden.
- **Berücksichtigen Sie Ihre individuellen Vorlieben:** Was angenehm ist, ist subjektiv. Nutzen Sie nur Düfte, die Ihnen guttun.
- **Achten Sie auf Hygiene:** Alle für die Aromatherapie verwendeten Materialien – wie Duftlampen, Massageroller oder Fläschchen – sollten stets sauber sein.
- **Lassen Sie sich fachlich beraten:** Eine Hebamme, Ihr Frauenarzt und gerne auch die Mitarbeiter*innen der Apotheke Ihres Vertrauens können Sie dabei unterstützen, geeignete Öle auszuwählen und korrekt anzuwenden.

WELCHE ÄTHERISCHEN ÖLE EIGNEN SICH BESONDERS?

Bewährt haben sich in der Schwangerschaft – am besten auf die Handgelenke und den Hals aufgetragen – sanfte Öle wie Lavendel,

Mandarine, Orange, Rosen- oder Sandelholz. Diese wirken beruhigend und fördern das emotionale Gleichgewicht. Bei Schwangerschaftsübelkeit kann unter bestimmten Voraussetzungen auch Zitrone oder Pfefferminze (in stark verdünnter Form und nur nach Rücksprache) hilfreich sein – ebenso wie Kekse mit Ingwer. Am besten, man hat immer ein paar davon zum Snacken mit dabei.

PFLEGENDE BEGLEITER FÜR HAUT UND SEELE

Die Aromatherapie kann nicht nur bei Stimmungsschwankungen oder innerer Unruhe helfen, sondern auch zur Hautpflege beitragen. Besonders bei der Vorbeugung von Dehnungsstreifen bietet sich der Einsatz von natürlichen Ölmischungen an – etwa mit Mandel- oder Jojobaöl als Basis, angereichert mit einem passenden ätherischen Öl in geringer Dosierung. Kamille, Rose und holziger Weihrauch – zusammen mit Epsomsalzen – im Badewasser pflegen und sorgen für einen guten Boost. So wird die tägliche Pflege zur wohltuenden Auszeit.

Die Kraft der Natur für Magen & Darm



Entgeltliche Einschaltung

2-mal maßgeschneidert für Ihre Bedürfnisse

www.iberogast.at

CH-20250618-61

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



UNANGENEHM,
ABER NICHT UNGEWÖHNLICH

WENN DAS NATÜRLICHE GLEICHGEWICHT WANKT

Manchmal fühlt sich der Intimbereich einfach nicht mehr „richtig“ an – trocken, gereizt oder unangenehm beim Sex. Dahinter steckt oft ein hormonelles Ungleichgewicht, zum Beispiel während der Wechseljahre, in der Stillzeit oder nach Operationen. Aber auch Stress, Medikamente oder übertriebene Hygiene können Einfluss nehmen.

EIN NATÜRLICHES ZUSAMMENSPIEL

Nicht immer ist die Ursache körperlich: Beziehungsprobleme, niedriges sexuelles Verlangen, psychischer Druck oder Verunsicherung im Intimleben können sich genauso auswirken. Auch Medikamente wie die Pille oder Antidepressiva kommen infrage.

UNANGENEHME BERÜHRUNGEN

Die typischen Anzeichen: Juckreiz, Brennen, Schmerzen beim Sex oder beim Wasserlassen. Manche Frauen berichten auch von leichten Blutungen nach dem Geschlechtsverkehr. Wird die Schleimhaut zu trocken,

steigt das Risiko für Infektionen oder Entzündungen. Eine gynäkologische Untersuchung bringt meist schnell Gewissheit.

WIEDER IN BALANCE KOMMEN

Manchmal helfen schon einfache Veränderungen: Weniger Seife, milde Produkte mit niedrigem pH-Wert, mehr Bewegung und gute Ernährung fördern die Durchblutung. In leichten Fällen genügt ein Gleitgel auf Wasserbasis oder ähnliche Produkte, die Sie bei uns in der Apotheke erhalten.

Bei hormonellen Ursachen kann der Arzt lokale Präparate mit oder ohne Östrogen empfehlen – eventuell auch eine Hormontherapie – individuell abgestimmt.

INTIMITÄT BEGINNT IM KOPF

Wer sich beim Sex unwohl fühlt, verliert oft das Vertrauen in den eigenen Körper. Ein ehrlicher Austausch mit dem Partner hilft häufig weiter. Bei tieferliegenden Ursachen wie Ängsten oder Traumata kann psychologische Beratung sehr entlastend sein.

RÄTSELSPASS MIT GEWINNSPIEL

eine Farbe	Flachs, Faserpflanze	Aristokrat	Zimmerflucht im Hotel	geflügelte Kindergestalt, Amorette	Bratgefäß	Strom in Ost-sibirien	Schwanz-lurch	nord-ameri-kanisches Wildrind	metall-haltiges Mineral	Einfall, Gedanke	Lebens-ab-schnitt	freie Zeit und innere Ruhe	Staat in West-afrika	
↳	↻5		Unglück, Zusammenstoß	↻14			Sinn; Tragweite						↻7	
Ver-ordnung, Erlass				↻15	jetzt	Kunst-stil aus Frank-reich				feiner Unter-schied; Feinheit	Winter-sport-gerät		Haupt-stadt der Ukraine	
↳			Lauf-fläche (Fuß, Schuh)		Poesie, Dichtung		Zwiebel-gewächs	Ab-schnitt eines Films		↻8	nordi-scher Hirsch	↻10		
Dring-lich-keits-vermerk			↻1			somit, mithin	↻13		Zeitalter	nicht sauber	↻6			
leicht regnen	Ausruf der Verwun-derung	Modell, Bauart		eng-lisch: ja		in hohem Maße		griechi-sche Quell-nympe				Abkür-zung für Euer Ehren		
früheres Narkose-mittel				↻9	Hülle, Futteral			persönl. Fürwort (zweite Person)	chemi-sches Zeichen für Arsen	Fluss in den Finn. Meer-busen		↻4		
↳	↻2			laut-malend für den Eselsruf		↻12	franz. Politiker (Jacques)			↻11				
eine Chemie-faser		amerik. Schau-spieler (Gregory)			Binse, Schilf	↻3		germa-nische Gottheit						
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15

Auflösung der Vornummer

E	O	L	L	U	R	E											
L	U	F	I	K	D	I	F	F	U	S	E	R	D	E			
E	R	L	E	O	V	E	R	A	L	L	N	O	R	D	E		
M	A	U	L	K	C	E	A	U	K	F	E	L	S				
E	N	G	L	I	S	C	H	N	T	R	E	U	L	O	S	I	
N	B	O	B	A	S	S	E	L	T	I	N	R	A	T	E		
E	T	W	A	I	L	L	O	E	I	L	S	E	N	D	U	N	G
A	L	I	Z	L	E	H	R	E	L	O	B						
U	R	A	L	A	L	A	U	N	R	U	E	G	E	N			

DAS LOSUNGSWORT DES KREUZWORTRÄTSELS IST IHR ERSTER SCHRITT ZUM HAUPTGEWINN:

Sodastream - kein Plastik, kein Pfand, kein Schleppen – jederzeit prickelndes

Wasser aus der eleganten Glaskaraffe.

Name _____

Adresse _____

Telefonnummer _____

E-Mail _____

Meine Daten dürfen für Aussendungen verwendet werden – o ja | o nein **(bitte ankreuzen)**.
Geben Sie diesen, ausgefüllten Abschnitt bis 08.09.2025 bei uns in der Apotheke ab – wir verständigen Sie.

Die Teilnahme am Gewinnspiel ist kostenlos, freiwillig und mit keiner Kaufverpflichtung verbunden. Teilnahmeberechtigt sind ausschließlich Personen mit Wohnsitz in Österreich. Die Verlosung des Gewinns erfolgt nach Ablauf des Durchführungszeitraumes unter Ausschluss der Öffentlichkeit und Gewährleistung des Zufallsprinzips. Der Gewinner wird vom Veranstalter mittels Privatnachricht benachrichtigt. Der Rechtsweg und die Barablässe sind ausgeschlossen. Die Teilnehmer am Gewinnspiel erlauben die Kontaktaufnahme via der hinterlegten Email Adresse und erteilen das Recht zur Veröffentlichung ihrer Namen.

Hier abtrennen.





KLEINE ZÄHNE, **GROSSE GEFÜHLE**

Die ersten Zähnen sind ein großer Meilenstein! Meist beginnt das Zahnen um den 6. Lebensmonat, aber jedes Kind ist anders.

Manche zeigen schon mit drei Monaten erste Anzeichen, andere erst nach dem ersten Geburtstag. Der Zahndurchbruch ist in der Regel bis zum dritten Lebensjahr abgeschlossen – dann haben Kinder ihre 20 Milchzähne.

Frühe Hinweise auf das Zahnen können sein: vermehrtes Sabbern, gerötetes Zahnfleisch, Beißen auf Finger oder Spielzeug, Unruhe (besonders nachts) sowie leicht erhöhte Temperatur. Diese Beschwerden sind individuell verschieden: Einige Babys leiden stark, andere kaum.

Die Zahnreihenfolge ist meist gleich: Zuerst brechen die unteren mittleren Schneidezähne durch (6–10 Monate), gefolgt von den oberen. Später folgen seitliche Schneidezähne, Backenzähne und schließlich die Eckzähne.

Oft berichten Eltern auch von Durchfall oder wundem Po. Ein direkter Zusammenhang ist wissenschaftlich nicht belegt, aber durch vermehrtes Sabbern und Hand-Mund-Kontakt können Keime leichter in den Körper gelangen. Leichtes Fieber (unter 38°C) ist möglich, hohes Fieber sollte ärztlich abgeklärt werden.



HILFREICH BEIM ZAHNEN

Gekühlte Beißringe, sanfte Zahnfleischmassagen, beruhigende Gels oder pflegende Produkt. Sie finden eine Auswahl an hilfreichen Produkten in der Apotheke – wir beraten Sie gerne. Auch kühle Snacks wie Joghurt oder Gurke können Linderung bringen.

Sobald der erste Zahn da ist, beginnt die Zahnpflege! Zweimal täglich putzen – mit fluoridhaltiger Zahnpasta in altersgerechter Menge.

Eine entspannte Zahnungszeit.

Dentinox® Gel care

stärkt die **Mundflora** von Anfang an und lindert **leichte Zahnungsbeschwerden**.



Jetzt NEU!

Zum Auftragen auf das Zahnfleisch.



Und die optimale Ergänzung in der akuten Zahnungsphase:

Dentinox®-Gel Zahnungshilfe

lindert **akute Zahnungsbeschwerden**. Das Plus an natürlicher Kamille wirkt entzündungshemmend und wundheilungsfördernd.



BUNT, BUNTER, AM BUNTESTEN

Wenn du magst,
bring dein buntes
Kunstwerk in die
Apotheke und
hol dir ein kleines
Geschenk.



HYALURONSÄURE FEUCHTIGKEIT PUR FÜR IHRE HAUT

Eine glatte, pralle und gut durchfeuchtete Haut ist Ausdruck jugendlicher Frische und Gesundheit. Doch mit zunehmendem Alter verliert die Haut mehr und mehr ihre Fähigkeit, Feuchtigkeit zu speichern – erste Trockenheitsfältchen, Spannungsgefühle und ein fahler Teint sind häufig die Folge. Ein bewährter Wirkstoff, der dem gezielt entgegenwirkt, ist Hyaluronsäure.

WAS IST HYALURONSÄURE?

Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil des menschlichen Körpers und kommt insbesondere im Bindegewebe, in den Gelenken sowie in der Haut vor. Ihre herausragende Eigenschaft: Sie kann große Mengen Wasser binden – bis zu sechs Liter pro Gramm. In der Haut trägt Sie wesentlich zu einem glatten, elastischen und hydratisierten Hautbild bei.

HYALURONSÄURE IN DER KOSMETIK

In der modernen Hautpflege gilt Hyaluronsäure als hochwirksamer Feuchtigkeitsspender. Dabei unterscheidet man zwischen zwei Formen:

- **Langkettige** (hochmolekulare) Hyaluronsäure verbleibt auf der Hautoberfläche. Sie bildet dort einen feinen, schützenden



Greta Gruber

Feuchtigkeitsfilm, der die Haut sofort glättet und geschmeidig wirken lässt.

- **Kurzkettige** (niedermolekulare) Hyaluronsäure kann aufgrund ihrer kleineren Molekülstruktur in tiefere Hautschichten eindringen. Sie versorgt die Haut nachhaltig mit Feuchtigkeit, polstert feine Linien von innen auf und unterstützt die Regeneration der Hautstruktur.

Der Einsatz von Hyaluron ist besonders dann sinnvoll, wenn die Haut zu Trockenheit neigt, Spannungsgefühle auftreten oder erste Anzeichen der Hautalterung sichtbar werden. Auch bei nachlassender Elastizität und feinen Linien kann Hyaluronsäure helfen, das Hautbild sichtbar zu verbessern. Äußere Einflüsse wie Sonne, kalte Temperaturen oder Heizungsluft belastet die Haut zusätzlich – hier wirkt Hyaluronsäure ausgleichend und

beruhigend. Selbst bei sensibler Haut eignet sich der Wirkstoff hervorragend zur täglichen Pflege und als wirkungsvolle Maßnahme zur Vorbeugung vorzeitiger Hautalterung.

Kosmetikprodukte mit Hyaluronsäure – etwa eine Creme, ein Serum oder Ampullen – lassen sich leicht in die Pflegeroutine integrieren und sind für alle Hauttypen geeignet – auch für empfindliche Haut.

Lassen Sie sich gerne bei uns in der Apotheke beraten. Wir zeigen Ihnen, welche Produkte mit lang- und kurzkettiger Hyaluronsäure optimal zu Ihrer Haut passen.

*fem*itastisch
*femi*Protect

Praktische, orale Kapsel

Für alle Frauen entwickelt

Klinisch untersucht



für meine Vaginalflora.

www.femiprotect.at



www.gesunde-blase.at

Exklusiv in der Apotheke.

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung.

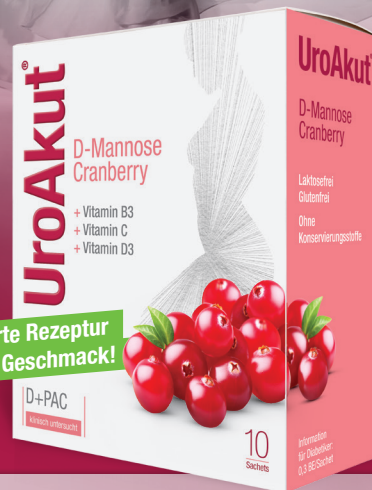
-20%

Rabatt auf alle
femiProtect und **UroAkut®**
Produkte.

Aktionszeitraum:
1.8. - 31.8.2025

UroAkut®

Ja bitte!



Verbesserte Rezeptur
gleicher Geschmack!

D-Mannose + Cranberry
Die ideale pflanzliche Kombination!

MITARBEITER TIPPS



Daniela Leipold

Fit und aktiv mit BCAA – die Bausteine der Muskeln

Besonders in Phasen intensiver körperlicher Belastung – etwa beim Sport oder während einer Diät – unterstützen BCAA die Regeneration, beugen Muskelabbau vor und können die Leistungsfähigkeit fördern.

BCAA (Branched Chain Amino Acids) sind verzweigtkettige Aminosäuren: Leucin, Isoleucin und Valin. Diese gehören zu den essenziellen Aminosäuren, die der Körper nicht selbst herstellen kann und daher über die Nahrung aufnehmen muss.

Lactamousse Pflegeschaum ist ein reinigender Pflegeschaum für den äußeren Intimbereich und zur täglichen Anwendung geeignet.

Durch die enthaltene Milchsäure unterstützt er die natürliche Scheidenflora und hält diese im Gleichgewicht. Zudem enthält er Beruhigenden Inhaltsstoffe, wie Aloe Vera und Hamamelis.

Lactamousse kann sowohl zur Unterstützung bei Vaginosen, Pilzinfektionen oder Harnwegsinfektionen eingesetzt werden, als auch zur Reinigung nach dem Geschlechtsverkehr.

Gerade jetzt in den Sommermonaten kann es häufiger zu Problemen

im Intimbereich kommen. Ideal für unterwegs ist daher die 40ml Packung, die geht in jede Badetasche ohne, dass sie zu viel Platz einnimmt!

Reinigt - Schützt - Pflegt - Beruhigt



Aktion gültig
im Juli 2025

02

Lisa Schachinger



Lassen Sie sich bei uns individuell beraten – wir helfen Ihnen gerne weiter!

AKTIONEN



€2,-
sparen

LACTAMOUSSE PFLEGESCHAUM

LACTAMOUSSE Pur Waschschaum ist speziell für die tägliche Pflege des Intimbereichs entwickelt. Er bietet eine sanfte Reinigung und Pflege, ist frei von Alkali-seife, Parfum, Farbstoffen und Treibgas. Der Schaum ist gebrauchsfertig und eignet sich besonders gut für empfindliche Haut.

Lactamousse Pflegeschäum

125 ml



€2,-
sparen

IBUMETIN® FORTE –

der zuverlässige Reisebegleiter bei akuten Schmerzen. Wirkt rasch und zuverlässig mit der bewährten Dreifach-Wirkung: schmerzstillend, entzündungshemmend, fiebersenkend.

Erhältlich in Ihrer Apotheke. Rezeptfrei für Kinder und Jugendliche ab 12 Jahren und Erwachsene.

Ibuprofen® forte

40 Stück

Wirkstoff: Ibuprofen. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkung informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker. AT-IBUM-2500008 05/25

RAUSCH REPAIR-EXPRESS-KUR MIT AMARANTH

NEU

Natürliche Power für strapaziertes Haar.

Die Repair-Linie mit Amaranth repariert das Haar, schützt vor Haarbruch und verleiht dem Haar neuen sichtbaren Glanz. Ideal zum Wiederaufbau und zur Stärkung von strapaziertem oder geschädigtem Haar.



100 ml



Wir sind für Sie da!

Montag – Freitag: 8:30 – 18:00 Uhr
Samstag: 8:30 – 17:00 Uhr

www.traunsteinapo.at

NOTFALLBEREITSCHAFT

- Lilienapotheke / A1 Apotheke
- Helios Apotheke
- Salzkammergut Apotheke
- Land Apotheke Pinsdorf
- Traunstein Apotheke
- Stadt Apotheke Laakirchen
- See-Apotheke
- Stadt-Apotheke Altmünster / Almtal-Apotheke
- Sonnen-Apotheke Scharnstein

Juli

KW	M	D	M	D	F	S	S
27		01	02	03	04	05	06
28	07	08	09	10	11	12	13
29	14	15	16	17	18	19	20
30	21	22	23	24	25	26	27
31	28	29	30	31			
32							

August

KW	M	D	M	D	F	S	S
31				01	02	03	
32	04	05	06	07	08	09	10
33	11	12	13	14	15	16	17
34	18	19	20	21	22	23	24
35	25	26	27	28	29	30	31
36							