

Petrus Blatt



**NEU:
Vitamin D3 Messung
in der Apotheke**

**Wege das
Immunsystem
zu stärken**

**NEU:
Dekorative
Kosmetik von
MALU WILZ Beauté®**

NATÜRLICH BEWEGLICH



- ✓ Von Fachärzten der Orthopädie entwickelt
- ✓ Natürliche Vitalstoffe für Knorpel & Gelenke

- ✓ Für Aufbau und die Regeneration des Knorpels
- ✓ Verbessert die Gleitfähigkeit der Gelenke
- ✓ Unterstützt die Knochengesundheit
- ✓ Qualität aus Österreich - bewährt und gut

✓
ARTHROBENE
GELENKSKAPSELN

plus

Erhältlich in Ihrer Apotheke.
www.arthrobene.at

PZN: 3036932



Editorial



Liebe Kundin, lieber Kunde!

Fühlen Sie sich oft müde oder erwischen Sie jeden Schnupfen? Kränkeln Sie den ganzen Winter und fühlen sich schlapp? Wissen Sie, dass **Vitamin D3** nicht nur für unsere Knochen wichtig ist, sondern auch für unser Immunsystem? Um eine vernünftige Supplementierung von Vitamin D3 durchführen zu können, ist die Bestimmung Ihres aktuellen Vitamin D3 Spiegels wesentlich. Aus diesem Grund führen wir gegen einen kleinen Unkostenbeitrag ab 14. Oktober **Messungen** in der Apotheke durch.

Am 11.11. startet traditionell der Fasching und damit die **Ballsaison**. Neu im Sortiment werden wir ab November die exklusive, dekorative Kosmetik von **MALU WILZ Beauté®** anbieten. Damit nicht genug, unsere PKA Israa Alelayawi besucht aktuell einen Kurs zur Visagistin und wird Ihnen gerne mit Tipps und Tricks rund ums **Makeup** zu Verfügung stehen.

Bereits jetzt können wir Ihnen ein weiteres **Service** in Zusammenarbeit mit unserem Lieferanten Herba-Chemosan anbieten. Arzneimittel haben wir dank innovativer Zustellung mittels **E-Lastenrädern** jetzt innerhalb von maximal einer Stunde im Haus.

Sie sehen also, der Herbst bringt viele Neuigkeiten in der Petrus Apotheke!

Wir freuen uns auf Sie!

Herzlichst,

Mag. pharm. Dr. Birgit Gallien-Lintschinger

Inhalt



Editorial	3
Gelenke Wissenwertes	4–5
Leber Entgiftungszentrale	6–7
Medizin Immunsystem	8–9
Ganzheitliche Medizin Gemmomazerate	10–11
Hautgesundheit Pflege im Winter	12–13
Abwehrkraft	14
Team	15



**Die aktuellsten
Infos finden Sie auch
auf Instagram
@petrus-apotheke**

Impressum

Medieninhaber: Apotheke zum Heiligen Petrus,
8042 Graz, St. Peter Hauptstraße 45, Tel.: 0316/47 14 42

Layout und Satz/Druck: Medienfabrik Graz

Titelfoto: © iStock.com/photoguns; **Weitere Fotos:** S. 5: © iStock.com/
Cinefootage Visuals, S. 11: © iStock.com/Horst Gerlach,
S. 13: © iStock.com/Group4 Studio; **Schlussfoto:** © René Gallien

Wie halten wir unsere Gelenke fit?



Mag. pharm. Bärbel Hosp

Ohne unsere Gelenke wäre unsere Bewegungsfreiheit erheblich eingeschränkt – erst durch sie können wir Radfahren, Obst schneiden oder unsere Liebsten umarmen. Erst wenn Gelenke Schmerzen verursachen, spüren wir sie. Durch unseren westlichen Lebensstil, Bewegungsarmut und ein hohes Lebensalter, werden unsere Knochen und Knorpel leider in Mitleidenschaft gezogen.

Tipps zur Gesunderhaltung unserer Gelenke:

- Bewegung: Sanfte Übungen wie Schwimmen, Radfahren oder Yoga können die Gelenke stärken und die Flexibilität erhöhen. Vergessen Sie auch nicht auf Kräftigungsübungen! Diese stärken die Muskeln um die Gelenke herum, was die Stabilität verbessert.
- Achten Sie auf eine ausgewogene Ernährung: Lebensmittel wie etwa Fisch,

Nüsse, Obst und Gemüse sind besonders vorteilhaft.

- Antioxidantien, wie Vitamin C, Curcuma, MSM und Omega-3-Fettsäuren in Form von Nahrungsergänzungen, wirken entzündungshemmend.
- Körpergewicht reduzieren, zu viel Gewicht belastet insbesondere Knie und Hüften.
- Ausreichend Wasser zu trinken ist wichtig, um die Gelenkflüssigkeit geschmeidig zu halten.

Der **Knorpel** ist ein flexibles, aber starkes Gewebe, das die Enden der Knochen in den Gelenken bedeckt. Er besteht hauptsächlich aus Wasser, Kollagen und Proteoglykanen, die ihm seine elastischen Eigenschaften ermöglichen. Er dient als Stoßdämpfer, der die Knochen schützt und die Reibung während der Bewegung verringert. Der Aufbau und die Regeneration des Knorpels können

durch verschiedene Faktoren beeinflusst werden. Chondroitin und Glucosamin, diese „Nährstoffe“ helfen den Knorpel zu regenerieren und den Abbau zu verlangsamen. Auch die Vitamine C und E, sowie die Mineralstoffe Zink und Selen reduzieren oxidative Schäden. **Arthrobene®** Gelenkscapseln enthalten genau diese Stoffe in guter Dosierung.

Das Präparat **FlexiLoges®** setzt auf patentiertes Typ2 Kollagen, Glucosamin, Chondroitin und auch MSM, eine entzündungsreduzierende Schwefelverbindung und wirkt somit auf mehreren Ebenen.

Durch Abnutzung oder falsche Belastung von Gelenken entstehen **Arthrosen**. Besonders häufig treten sie an Fingern, Knien, Hüftgelenken und Schultergelenken auf. Klassische Symptome sind morgendliche Steifheit der Gelenke, Schmerzen, Schwellungen und

Bewegungseinschränkungen. Kommt es zu Entzündungen der Gelenke, spricht man von Arthritis.

Die Gelbwurz, auch **Curcuma** genannt, ist eine in Asien beheimatete hochwachsende Pflanze. Diese enthalten den gelben Farbstoff Curcumin. Diese Curcuminoiden (Polyphenole) wirken entzündungshemmend und antioxidativ. Da Curcuma schlecht aufgenommen wird, bewähren sich Nahrungsergänzungen, die durch schwarzen Pfeffer, Lecithin oder spezielle Mizellentechnologie die Aufnahme verbessern.

Der indische **Weihrauch** ist ein luftgetrocknetes Harz, das aus

der Rinde von *Boswellia serrata*, dem Weihrauchbaum gewonnen wird. Ein wichtiger Bestandteil von Weihrauch sind die entzündungshemmenden Boswelliasäuren. Weihrauch ist in Kapselform erhältlich, häufig auch kombiniert mit Curcuma.

MSM – Methylsulfonylmethan – einfacher gesagt, eine organische Schwefelverbindung, die in vielen tierischen und pflanzlichen Lebensmitteln vorkommt, schützt unsere Gelenke und regt die Entgiftung an. Diese enthält schwefelhaltigen Aminosäuren, die für unsere gesunden Sehnen, Knochen, Knorpeln und Muskeln unverzichtbar sind. MSM hat entzündungshemmende Wirkung

und reduziert so Schmerzen und Schwellungen in den Gelenken. MSM wird häufig in Kombination mit anderen gelenkunterstützenden Substanzen wie Glucosamin und Chondroitin verwendet, um synergistische Effekte zu erzielen.

Die **Teufelskralle** (*Harpagophytum procumbens*) ist in Afrika beheimatet. Den Trivialnamen Teufelskralle verdankt diese Heilpflanze ihren verholzenden langen Früchten mit deren langen hakenarmigen Auswüchsen. Sie besitzt entzündungshemmende und schmerzstillende Eigenschaften. Demnach ist sie eine unterstützende Therapie bei Arthrose und Muskelschmerzen.

Neben den häufig verwendeten Diclofenac haltigen Salben wie **Voltadol®**, gibt es auch pflanzliche Schmerzsalben. Der Beinwellextrakt in der **Kytta Salbe®** oder durchblutungsfördernde Zubereitungen wie die **Traumasalbe wärmend®** lindern Gelenksbeschwerden.

Aufgrund der Vielzahl an Produkten ist eine gezielte Beratung wichtig. Ich freue mich, Sie unterstützen zu können – bleiben sie in Bewegung!



Die Leber, unsere Entgiftungszentrale

Mag. pharm. Dr. Birgit Gallien-Lintschinger

Die Leber ist neben der Entgiftung auch für die Speicherung von Glykogen, einem Kohlenhydrat, und von fettlöslichen Vitaminen, sowie der Abwehr von Krankheitserregern zuständig. Viele Arzneimittel werden über die Leber verstoffwechselt. Sie ist die größte menschliche Drüse. Zusammen mit der Galle ist sie maßgeblich an den Verdauungsprozessen beteiligt.

Einige Fakten über die Leber:

Die Leber liegt rechts unter dem Zwerchfell, sie wiegt beim Erwachsenen rund 1,5 kg. Gemeinsam mit der Galle produzieren die Leberzellen bis zu 700 ml Gallenflüssigkeit, welche

zum Teil in der Gallenblase eingedickt und gespeichert wird. Leberzellen bauen mit Hilfe von Enzymen verschiedene Substanzen ab. Die Leber wird über die Pfortader mit Blut versorgt. Die Leber ist das zentrale Organ im Cholesterin Stoffwechsel.

Funktionsstörungen der Leber:

Zunächst zeigt sich die Belastung der Leber schulmedizinisch in veränderten Leberlaborwerten. In den Leberzellen, den Hepatozyten, befinden sich Enzyme. Werden diese Zellen geschädigt, so treten die Enzyme aus und sind im Blut nachweisbar (GGT, AP, ALT).

Die häufigsten, schweren Erkrankungen der Leber sind die Leberentzündung (die akute Hepatitis), die Fettleber, alkoholinduzierte Leberschäden und im fortgeschrittenen Stadium die Leberzirrhose. Eine Gelbfärbung der Haut ist ein

mehr als deutliches Zeichen eines Ikterus – einer Gelbsucht und damit einer schweren Leberfunktionsstörung.

In der **ganzheitlichen Medizin** wird eine Schädigung der Leber nicht alleine an Laborwerten und Zellveränderungen festgemacht, sondern auch an allgemeinen Symptomen wie Müdigkeit und Juckreiz und Hämorrhoiden. „Die Laus auf der Leber“ gibt Hinweis auf die zugeordneten Emotionen: Wut, Zorn, Ärger; das choleriche Temperament. Auch eine Unfähigkeit sich abzugrenzen, kann zu einer Störung der Entgiftungs- und Ausscheidungsfunktion der Leber führen.

Die Leber unterstützt man zu allererst durch Lebensstil Veränderungen. Kein Alkohol, kein fettes Essen und viel Bewegung. Bekanntermaßen gibt es Pflanzen, die der Leber guttun. Mariendistel, Löwenzahn, Schafgarbe um nur einige zu nennen.

Dr. Böhm®

ALLES FÜR MEINE NATÜRLICHE ENTGIFTUNG

Detox für Ihre Leber.

Sie fühlen sich oft müde und abgeschlagen? Dies könnten erste Anzeichen für eine überlastete Leber sein. Die Leber wird oft von vielen Seiten wie z.B. durch Fett, Alkohol und Süßigkeiten angegriffen.

Dr. Böhm® Mariendistel

- ✔ schützt die Leber
- ✔ normalisiert die Leberwerte
- ✔ verbessert die Leberfunktion

Qualität aus
Österreich.



Pflanzliches Arzneimittel

Dr. Böhm® – Die Nr. 1 aus der Apotheke*

*Apothekenumsatz: 8. KW 2014 Österreich (OTC Offizin) seit 2012
Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Alle enthalten unter anderem Bitterstoffe. Die Mariendistel ist mit Ihrem Inhaltsstoff **Silymarin** wissenschaftlich eingehend untersucht und auch als pflanzliche Arzneimittel (Dr. Böhm Mariendistel®) registriert. Silymarin wirkt dabei zweifach, es verhindert das Eindringen von Giftstoffen in die Leberzelle und führt gleichzeitig zur Regeneration und Neubildung dieser.

In der Pflanzenheilkunde kombiniert man die Pflanzen, da dadurch die Wirkung verbessert wird. Neben Tees gibt es sogenannte Muttertinkturen aber auch unsere hauseigenen Leber-Galle Kapseln.

In der Spagyrik finden ähnliche Pflanzen Anwendung. Hier ist

aber immer auch die Psyche des Menschen ausschlaggebend für die Wahl der Essenzen. Individuelle Mischungen helfen in dieser Therapieform, sich wohler zu fühlen.

Neben den zugeführten Giften, welche die Leber belasten, entsteht in unserem Verdauungstrakt auch ein stark leberschädlicher Stoff: **Ammoniak**. Um ihn zu reduzieren, gibt es unterschiedliche Ansätze. Zum einen ist Zeolith, ein Gesteinsmehl geeignet. Zeolith besitzt eine poröse Struktur, die Schwermetalle, aber auch Ammoniak zu binden vermag. Zum anderen ist die Besiedelung der Darmflora ausschlaggebend wie sehr die Leber mit Abbauprodukten belastet wird. Durch die gezielte Einnahme

von Darmbakterien konnte in Studien sogar die Verbesserung der Leberwerte gezeigt werden.

In einigen Nahrungsergänzungsmitteln findet man neben den Pflanzen auch die Aminosäuren **Cholin** und **Methionin**. Auch sie unterstützen die Leber bei ihrer Arbeit als Entgiftungsorgan.

Immunstark: Tipps für ein robustes Immunsystem



Mag. pharm. Valentin Höfer

Das Immunsystem ist der Schutzschild unseres Körpers vor Krankheitserregern wie Bakterien, Viren, Pilzen und Parasiten. Es besteht aus Zellen, Geweben und Organen wie Thymus, Milz, Knochenmark, Mandeln und Lymphknoten sowie weißen Blutkörperchen. Als ein hochentwickeltes Abwehrsystem bewahrt es uns täglich vor Infektionen und erhält unsere Gesundheit. Es lässt sich in das angeborene und das erworbene Immunsystem unterteilen.

Das angeborene Immunsystem ist die erste Verteidigungslinie des Körpers. Es umfasst physikalische Barrieren wie Haut und Schleimhäute sowie Fress- und Killerzellen, die Fremdstoffe und infizierte Zellen erkennen und zerstören.

Das erworbene Immunsystem entwickelt sich im Laufe des

Lebens und bekämpft gezielt bestimmte Krankheitserreger. Nach einer Infektion oder Impfung werden Informationen über den Erreger gespeichert, was langfristig eine schnellere Reaktion bei erneuter Begegnung ermöglicht.

Durch einen gesunden Lebensstil können Sie beide Systeme unterstützen und optimieren:

Regelmäßige körperliche Aktivität verbessert die Durchblutung und Verteilung von Immunzellen, stärkt das angeborene Immunsystem und fördert die Antikörperbildung für das erworbene Immunsystem. Aber Achtung – übermäßiges Training kann die Immunfunktion vorübergehend schwächen.

Ausreichend Schlaf ist entscheidend für die Regeneration des Immunsystems. Er fördert

die Freisetzung von Botenstoffen, die Entzündungen kontrollieren und die Abwehrkräfte stärken, und unterstützt beide Immunsysteme durch die Produktion von Antikörpern und Immunzellen.

Chronischer Stress erhöht die Produktion von Stresshormonen wie Cortisol, die das Immunsystem schwächen können. Stressabbau beispielsweise durch Achtsamkeitstechniken hilft, die Immunfunktion zu erhalten.

Impfungen aktivieren das erworbene Immunsystem gezielt und helfen, eine langfristige Immunität gegen spezifische Erreger aufzubauen. Ihre Immunzellen werden dabei geschult, schnell auf Infektionen zu reagieren.

Gute **Hygiene**, wie Händewaschen, reduziert Krankheitser-

reger und kann unser Immunsystem dadurch entlasten. Da der Lipidfilm der Haut dadurch gestört wird, sollte daher die Hautbarriere durch die Verwendung einer reichhaltigen Handpflege (DMS® Handcreme und Oleogel) wiederhergestellt werden. Übrigens: Ein moderater Kontakt mit Keimen, etwa durch mehr Zeit im Freien, trainiert unser erworbenes Immunsystem.

Eine **ausreichende Flüssigkeitszufuhr** unterstützt die normale Funktion der Schleimhäute, die ebenfalls als Barriere Krankheitserreger abwehren. Einer Austrocknung kann zusätzlich mit pflegenden Nasen- oder Rachensprays entgegengewirkt werden. Spezielle Sprays mit Carragelose (Coldamaris®) können die Schleimhaut von den Keimen abschirmen.

Eine **gesunde Darmflora** hat einen maßgeblichen Einfluss auf unsere Immunabwehr. Siebzig Prozent aller Immunzellen befinden sich im Dünndarm und knapp 80 Prozent aller Abwehrreaktionen laufen hier ab. Fermentierte Lebensmittel sowie eine ballaststoffreiche Ernährung

fördern eine gesunde Darmflora. Auch probiotische Zubereitungen wie Omni biotic® 6 oder Pro V können über den Krankheitsfall hinaus einen essentiellen Beitrag leisten.

Ein aktiver Lebensstil ohne **Rauchen** und mit moderatem **Alkoholkonsum** stärkt unsere Abwehrkraft und kann das Risiko für Infektionen deutlich reduzieren.

Auch die ausreichende **Versorgung unseres Körpers mit Mikronährstoffen** bereitet uns gut auf die täglichen Herausforderungen vor. Folgende Vitamine und Mineralstoffe spielen eine zentrale Rolle für unser Immunsystem:

- Vitamin A unterstützt die Integrität der Haut und Schleimhäute, die erste Barriere gegen Krankheitserreger.
- Vitamin B-Komplex fördert die Bildung von Immunzellen und liefert Energie für deren Funktion und den Zellstoffwechsel.
- Vitamin C und E schützen als Antioxidantien Immunzellen vor oxidativem Stress.
- Vitamin D stärkt insbesondere das angeborene Immun-

system. Eine Messung Ihres Vitamin D Wertes ist nun neuerdings auch bei uns in der Apotheke möglich.

- Eisen fördert die Bildung von Immunzellen.
- Selen und Zink sind weitere wichtige Bestandteile für die Produktion und Aktivität von Immunzellen.
- Omega-3-Fettsäuren regulieren die Immunantwort durch entzündungshemmende Eigenschaften.

In der Erkältungszeit genügt eine ausgewogene Ernährung, die reich an Obst, Gemüse, Vollkornprodukten und Nüssen ist, oft nicht, um unsere Nährstoffspeicher ausreichend aufzufüllen. Nahrungsergänzungen enthalten nicht nur die wichtigen Vitamine, sondern auch Substanzen wie Betaglukan, Spirulina- oder Cistus Extrakte. Hochdosiert eingenommen verkürzen solche Kombipräparate die Infektdauer.

Fragen Sie uns gerne nach dem für Sie am besten geeigneten Produkt!

Gemmomazerate zur Stärkung des Immunsystems bei Kindern



Mag. pharm. Eva Eigner

Gemmotherapie ist eine Form der Phytotherapie, die auf der Verwendung von Pflanzenknospen, jungen Trieben und Wurzeln beruht. Diese embryonalen Pflanzenteile, auch Gemmos genannt, enthalten die Lebenskraft der Pflanze in konzentrierter Form und sind reich an Vitaminen, Mineralien, Enzymen und anderen bioaktiven Substanzen. Gemmomazerate werden durch das Einlegen von frischen Knospen, Keimlingen, jungen Trieben oder Wurzeln in eine Mischung aus Alkohol, Glycerin und Wasser hergestellt. Diese Extraktionsmethode ermöglicht es, die in den embryonalen Pflanzenteilen enthaltenen Wirkstoffe zu lösen und in konzentrierter Form bereitzustellen. Die Kraft des jungen Gewebes bewährt sich in besonderem Maß in der Kinderheilkunde und wird oft als Ergänzung zu ande-

ren Naturheilmethoden verwendet.

In den letzten Jahren hat sich das Interesse an Gemmomazeraten als natürliche Methode zur Stärkung des Immunsystems bei Kindern deutlich erhöht. Das Immunsystem von Kindern befindet sich noch in der Entwicklung und kann durch verschiedene Faktoren, wie Stress, Umweltgifte oder Ernährungsgewohnheiten belastet werden. Gemmomazerate können das Immunsystem auf sanfte Weise unterstützen, indem sie die körpereigenen Abwehrkräfte stärken und das Gleichgewicht des Organismus fördern. Sie zielen also stets darauf ab, das kindliche Immunsystem in seinem Reifungsprozess zu unterstützen und niemals zu unterdrücken.

Einige der bekanntesten Gemmomazerate zur Stärkung des Immunsystems sind:

- **Schwarze Johannisbeere (*Ribes nigrum*):** Dieses Mazerat ist bekannt für seine kortisonähnlichen Eigenschaften und wirkt somit allen entzündlichen Prozessen entgegen. Es wird oft bei Kindern eingesetzt, um die Widerstandskraft gegen Erkältungen und Infektionen zu erhöhen. Vor allem bei beginnenden Erkrankungen lässt sich das Immunsystem damit sehr gut stimulieren.
- **Hundsrose (*Rosa canina*):** Regt insbesondere das angeborene Immunsystem an und reguliert und stärkt zudem den kindlichen Organismus. Das Mazerat kann zur Vorbeugung grippaler Infekte, begleitend bei chronischen Entzündungen und auch zur Rekonvaleszenz verwendet werden.

- **Moorbirke (*Betula pubescens*):** Dieses Mazerat hat entgiftende Eigenschaften und unterstützt das Lymphsystem, welches besonders wichtig für die Immunabwehr ist. Es wird oft verwendet, um die allgemeine Vitalität zu fördern und das Immunsystem zu stärken.
- **Schwarzer Holunder (*Sambucus nigra*):** Das Mazerat regt die Ausscheidung über Haut und Niere an und kann somit den Organismus entlasten. Durch die reinigende

Wirkung auf das Lymphsystem ist der schwarze Holunder auch bestens geeignet nach langwierigen Medikamentenkuren oder zur sanften Fiebersenkung bei Kindern.

- **Sanddorn (*Hippophae rhamnoides*):** In erster Linie ist dieses Mazerat ein Stärkungsmittel, das vor allem in der lichtarmen Jahreszeit zum Einsatz kommt. Sanddorn reguliert das Immunsystem, aber auch den Stoffwechsel und die kindliche Psyche. Durch den hohen Vitamin C Gehalt

wirkt das Mazerat auch antioxidativ und entzündungshemmend. Ein weiteres Einsatzgebiet sind wiederkehrende Mittelohrentzündungen.

- **Weißtanne (*Abies alba*):** zur Unterstützung der kindlichen Entwicklung ist dieses Mazerat eines der wichtigsten Basismittel in der Gemmotherapie. Die Weißtanne stärkt vor allem den Atemtrakt und unterstützt bei Bronchitis, Asthma oder nach Lungenentzündungen.



Hautpflegetipps für die kalte Jahreszeit

PKA Sarah Heidenbauer

Der Winter rückt immer näher, draußen wird es kälter und plötzlich ändern sich nicht nur die Jahreszeit, sondern auch die Bedürfnisse der Haut. Der Wind, die Minusgrade und die trockene Heizungsluft sind Herausforderungen für ihren körpereigenen „Schutzmantel“.

Produzieren die Talgdrüsen nicht ausreichend Lipide/Fette, wird der „Schutzmantel“ dünner, Feuchtigkeit geht verloren und Trockenheit entsteht. Selbst eigentlich robuste Haut wird dann häufig trocken. Sie braucht daher eine besonders intensive Pflege und eine sanfte Reinigung, um sie nicht unnötig zu strapazieren. Gesichtsmasken dürfen auf keinen Fall fehlen.

Prinzipiell unterscheidet man zwischen Feuchtigkeits- und Lipidmangel:

Neigt die Haut nur im Winter zu Schuppen und Trockenheit,

dann fehlt ihr zusätzliche Feuchtigkeit. Spannt sie aber das ganze Jahr über, dann besteht zusätzlich ein Mangel an Lipiden (Fetten). Meist ist es aber ein Mangel an beiden.

Für mehr Feuchtigkeit sorgen unter anderem Inhaltsstoffe wie Hyaluron, Urea (Harnstoff) und Aloe Vera. Gegen gerötete und gereizte Stellen hilft z.B. Dexpanthenol. Bei niedrigen Außentemperaturen gilt Vorsicht bei wasserhaltigen Cremes, das Wasser „gefriert“ und kann die Haut schädigen. Deshalb eher zu fetthaltigen Pflegen greifen (Kälteschutz).

Um gut gepflegt und geschützt durch den Winter zu kommen, bieten sich unsere zwei exklusiven Kosmetiklinien sehr gut an. Zum einen die **Petrus Kosmetik**, eine klassische, leicht parfümierte Pflegelinie, und zum anderen die Produkte von **DermaVIDUALS®**, die hautidentische Substanzen enthalten, und

ganz ohne Duft- und Zusatzstoffen auskommen.

Bei der **Petrus Kosmetik** steht die Auswahl zwischen der Hyaluronsäure Creme, die trockene Stellen Feuchtigkeit spendet, die Prokollagen Creme, sie verbessert die Elastizität und minimiert Falten, und zu guter Letzt die Ceramide Creme. Mit reichhaltigen Inhaltsstoffen versorgt sie sehr trockene Haut mit Lipiden und polstert sie auf. Um eine schnellere Wirkung zu erzielen empfiehlt sich die Verwendung von einem Serum, das unter der Tages- und Nachtpflege aufgetragen wird.

Auch bei der **DermaVIDUALS®** Kosmetik bieten sich die 3 verschiedenen Basiscremes an, um die Hautbarriere zu stärken und natürlich zu pflegen. Sie unterscheiden sich anhand der Reichhaltigkeit.

Die Classic Basiscreme eignet sich für die normale bis Misch-

haut, die High Classic für die normale Haut, und die High Classic Plus für die trockene Haut.

Das Besondere an allen Basiscremes: Es besteht die Möglichkeit durch die Zugabe von Pflegekonzentraten (dies geschieht in der Petrus Apotheke) Ihre eigene individuelle Creme zusammenmischen zu lassen. Bei sehr trockener oder neurodermitischer Haut, z.B. an den Händen, finden verschiedene Oleogele zusätzlich Anwendung.

Neben den klimatischen Faktoren, spielen Ernährung und hormonelle Veränderungen eine Rolle bei der Hautgesundheit. Akne, Ekzeme, irritierte und gerötete Haut sind oft die Folge. Sinnvoll ist es deshalb, die Haut auch von innen zu stärken und ihr die nötigen Baustoffe zu Verfügung zu stellen. Unsere neuen **Skin Repair Kapseln** tun genau das. Nachtkerzenöl wirkt auf Grund der Fettsäuren antientzündlich, die Vitamine ACE schützen die

Zellen gegen oxidativen Stress, Biotin und Selen sorgen für rasche Regeneration.

Wir nehmen uns gerne die Zeit und finden gemeinsam mit Ihnen ihre passende Pflegeserie. Fragen Sie uns bei Ihrem nächsten Besuch gerne nach Proben, wir haben kleine Probierpakete für sie vorbereitet.

NEU im Sortiment!

Glamour für unsere Damen in der Ballsaison ...

Hochwertige dekorative Kosmetik von MALU WILZ Beauté®

Lassen Sie sich von PKA Israa Alelayawi typgerecht beraten. Ein professionelles Ballmakeup ergänzt das neue Angebot.

Wir bitten um Terminvereinbarung!



immunLoges® - Angriff ist die beste Verteidigung

Die spezielle Zusammensetzung von immunLoges® wurde unter Berücksichtigung der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse entwickelt und auf die besonderen Bedürfnisse des Immunsystems abgestimmt.

Schnell: Spirimmun® – Der Extrakt aus einer besonderen Mikroalge (Spirulina) wird in einem patentierten Spezialverfahren verfügbar gemacht. Dabei wird dieser über eine sogenannte Fraktionierung (Trennung) in kleinere Mengen aufgeteilt. In immunLoges® wird

der Teil eingesetzt, dessen Einsatzmöglichkeiten seit Jahrzehnten an der renommierten Universität Mississippi erforscht werden.

Längerfristig: Betox-93® – Hochreiner Spezialextrakt aus Hiratake-Pilzen (Japan. Austernseitling). Sein hoher Gehalt an speziellen Beta-Glucanen macht den Extrakt besonders. Zudem ist er durch seine Reinheit (93 %) nahezu proteinfrei,

sodass allergische Reaktionen nicht zu befürchten sind.

Immunrelevante Basisnährstoffe: Vitamin C und D sowie Selen und Zink

immunLoges Saft für Kinder ab 4 Jahren:

- Gleiche Zusammensetzung wie die Kapseln, kindgerecht dosiert
- Trinkfertig mit leckerem Fruchtgeschmack
- Frei von künstlichen Farbstoffen, Aromastoffen und Süßungsmitteln
- Auch für Erwachsene, die Probleme haben Kapseln zu schlucken



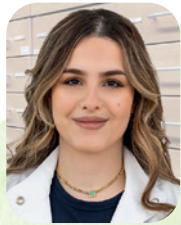
Dr. Loges Österreich GmbH,
PZN 4404303, 4404326,
4404332, 3390131;
www.loges.at,
info@loges.at

Das Team



Mag. pharm. Dr.
**BIRGIT
GALLIEN-
LINTSCHINGER,**
Konzessionärin

Arzneimittel,
Reisemedizin,
Tiermedizin,
Homöopathie,
Spagyrik



PKA
**ISRAA
ALELAYAWI**

Kosmetik,
Visagistik,
Warenwirtschaft



Mag. pharm.
**EVA
EIGNER**

Medikationsmanagement,
Kinder,
Phytotherapie



PKA
**SARAH
HEIDENBAUER**

Kosmetik,
Magistrale,
Marketing



Mag. pharm.
**BÄRBEL
HOSP**

Arzneimittel,
Darmgesundheit,
Homöopathie,
Reiseberatung



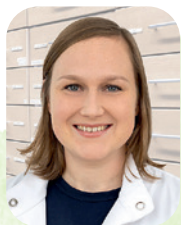
Mag. pharm.
**VALENTIN
HÖFER**

Arzneimittel,
orthomolekulare Medizin,
Impfberatung,
Darmgesundheit



PKA
**BETTINA
NEKOLAR**

Warenwirtschaft,
Magistrale,
Homöopathie



Mag. pharm.
**LENA
PFLEGER**

Krankenstands-
und
Urlaubsvertretung



**REGINA
THUMFORT**

Reinigung

