### BERATEN GESPART

# **HERMANN BRASSERT APOTHEKE**

Nutzen Sie auch unseren Online-Shop

www.brassert-apotheke.de

Niklas Herkenhoff e. K.

Brassertstraße 109 • 45768 Marl-Brassert

Tel.: 02365 64007 • Fax: 02365 64008

Notdienst-Ansage: 02365 64009







### **Bepanthen® AUGEN- UND NASENSALBE\***

Bei geschädigter Binde- und Nasenschleimhaut

Bepanthen® AUGEN- UND NASENSALBE; Wirkstoff: Dexpanthenol; Anwendungsgebiete: Zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen leichten Hautschädigungen an der Bindehaut, Hornhaut bzw. Nasenschleimhaut.

5 q



### **Grippostad® C** HARTKAPSELN\*

Gegen grippale Infekte und Erkältungskrankheiten – mit Vitamin C

Grippostad® C HARTKAPSELN; Anwendungsgebiete: Zur symptomatischen Behandlung von gemeinsam auftretenden Beschwerden wie Kopf- und Gliederschmerzen, Schnupfen und Reizhusten im Rahmen einer einfachen Erkältungskrankheit. Ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben!

24 Stück



Vitamin B6 und Kräuterextrakten

**30 Weichgummies** 

## Jetzt verfügbar

E-Rezept per

CardLink einlösen

### **NEU: Jetzt können Sie uns Ihre E-Rezepte** per CardLink senden!

Einfach Gesundheitskarte an das Smartphone halten und E-Rezepte an uns übertragen.

Einfach, unkompliziert, schnell!



Scannen Sie den QR-Code, um mehr zu erfahren!

www.brassert-apotheke.de/card-link



**GUTSCHEIN** 30% Rabatt auf einen Artikel Ihrer Wahl

gültig vom 15.02. bis 28.02.2025

**HERMANN** (Ausgenommen sind rezeptpflichtige Arzneimittel, **BRASSERT** Zuzahlungen, Bücher, Bestellungen, Sonderangebote **APOTHEKE** und die in diesem Flyer beworbenen Artikel)













# Selbsthilfe bei Rückenschmerzen

Rückenschmerzen betreffen viele Menschen und haben oft unterschiedliche Ursachen. Häufig sind Verspannungen durch Bewegungsmangel, eine schlechte Körperhaltung oder Stress die Auslöser.

Auch langes Sitzen, schweres Heben oder Fehlhaltungen im Alltag können den Rücken belasten und Schmerzen verursachen. In einigen Fällen sind muskuläre Probleme, aber auch Bandscheibenbeschwerden oder Arthrose für den Schmerz verantwortlich. Glücklicherweise können Sie leichte Rückenschmerzen oft mit einfachen Mitteln lindern:

Bewegung und Dehnung: Anstatt den Rücken zu schonen, ist es wichtig, ihn sanft zu bewegen. Regelmä-

ßige Spaziergänge oder leichte Dehnübungen fördern die Durchblutung und stärken die Rückenmuskulatur, was Verspannungen löst.

Ergonomisches Sitzen: Achten Sie auf eine rückenschonende Haltung – besonders bei langem Sitzen. Eine aufrechte Haltung und ein ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz helfen, Verspannungen vorzubeugen.

**Lockerungsübungen:** Machen Sie regelmäßig kurze Pausen, in denen Sie aufstehen, sich recken, strecken und lockern oder etwas umhergehen. So verhindern Sie, dass Ihre Muskeln überlastet und verhärtet werden. Wärmeanwendung: Wärme ist eine bewährte Methode, um Rückenschmerzen zu lindern, da sie die Muskulatur entspannt und die Durchblutung fördert. Wärmepflaster geben eine gleichmäßige, angenehme Wärme direkt an der schmerzenden Stelle ab. Die Wärmezellen werden nach Entfernen der Schutzfolie und bei Kontakt mit Sauerstoff aktiviert und wirken so über mehrere Stunden. Dies lockert verkrampfte Muskeln und fördert die Durchblutung.

**Wichtig:** Sollten die Schmerzen über einen längeren Zeitraum anhalten oder sehr stark sein, ist es ratsam, ärztlichen Rat einzuholen.















 $neben h\"ohlen sowie \ bei \ Mittelohrentz \"undung \ (Katarrh \ des \ Tuben mittelohrs) \ in \ Verbindung$ 

mit Schnupfen.







### **GAVISCON DUAL**\*

Zur Behandlung von Sodbrennen, saures Aufstoßen und Verdauungsstörungen

GAVISCON DUAL; Anwendungsgebiete: Behandlung der säurebedingten Symptome des gastroösophagealen Reflux wie Sodbrennen, saures Aufstoßen, Verdauungsstörungen (Dyspepsie) z. B. nach den Mahlzeiten oder während der Schwangerschaft.

1 I = 70,75 €





Zur Anwendung in der Mundhöhle

Kamistad® Gel; Anwendungsgebiete: Zur Behandlung von leichten Entzündungen des Zahnfleisches und der Mundschleimhaut.

1 kg = 899,00 €



bedingten Magen-Darm-Erkrankungen wie Reizmagen und Reizdarmsyndrom sowie zur unterstützenden Behandlung der Beschwerden bei Magenschleimhautentzündung (Gastritis). Enthält 31 % Vol.-Alkohol.

20 ml

# **GROSSE PACKUNG KLEINER PREIS**

Jetzt bevorraten!



## WICK MediNait Erkältungssirup für die Nacht\*

Bei Erkältungsbeschwerden wie Fieber, Schmerzen, Reizhusten und Schnupfen

WICK MediNait Erkältungssirup für die Nacht; Anwendungsgebiete: Zur symptomatischen Behandlung von gemeinsam auftretenden Beschwerden wie Kopf-, Glieder- oder Halsschmerzen, Fieber, Schnupfen und Reizhusten infolge einer Erkältung oder eines grippalen Infekts. Warnhinweis: Enthält 18 % Vol.-Alkohol. Ohne ärztlichen Rat nicht länger als in der Packungsbeilage vorgegeben!

180 ml





## Magnesium Verla® 400 complex

Nahrungsergänzungsmittel – hochdosierte Magnesiumkombination bei erhöhtem Bedarf

60 Kapseln





### KadeFungin® 3\*

Kombi-Packung bei Scheidenpilz

KadeFungin® 3; Wirkstoff: Clotrimazol; Anwendungsgebiete: Zur Anwendung bei Infektionen der Scheide und des äußeren Genitalbereiches durch Hefepilze (meist Candida



### ThermaCare® WÄRMEUMSCHLÄGE RÜCKEN

Wirksame Schmerzlinderung



### **Voltaren Schmerzgel forte** 2,32 % Gel\*

Entzündungshemmendes, schmerzstillendes Arzneimittel zum Einreiben

Voltaren® Schmerzgel forte 2.32 % Gel; Wirkstoff: Diclofenac diethylamin; Anwendungs gebiete bei Jugendlichen über 14 Jahren und Erwachsenen: Zur lokalen, symptomatischen Behandlung von Schmerzen bei akuten Prellungen, Zerrungen oder Verstauchungen infolge eines stumpfen Traumas, z. B. Sport- und Unfallverletzungen. Bei Jugendlichen über 14 Jahren ist das Arzneimittel zur Kurzzeitbehandlung vorgesehen.



### Lorano® Pro\*

Antiallergikum

Lorano®Pro; Wirkstoff: Desloratadin; Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Symptound Urtikaria bei Erwachsenen und Jugendlichen ab 12 Jahren.

## Wir bringen Ihre Bestellung noch am selben Tag,

wenn Sie bis 16:00 Uhr bestellen, die bestellten Medikamente/Artikel am Lager sind und Sie max. 10 km von Marl-Brassert entfernt wohnen.

Bei einem Bestellwert über 20 € (Sonderangebote ausgenommen) und bei Rezepten kostenfreie Zustellung, ansonsten Versandpauschale 2,98 €.

Unsere Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 08:00-13:00 Uhr und 14:00-18:30 Uhr **Auch Mi.!** Sa. 08:00-13:00 Uhr

### Wir sind lieferfähig!

Laut aktuellem Marktbericht sind wir lieferfähiger als der Bestwert. Wegen der Corona-Pandemie haben wir unser Lager nochmal aufgestockt, um alle benötigten Medikamente vorrätig zu halten.

