

Immer für Sie da!



FRIEDHEIM + APOTHEKE NIKOLAI + APOTHEKE

50

Juni/Juli/August 2020

Aktuell

JETZT MIT PAYBACK PUNKTEN



Medizin für's Punktekonto!

Sammeln Sie bei Ihrem nächsten Einkauf in Ihrer FRIEDHEIM+APOTHEKE und NIKOLAI+APOTHEKE jetzt auch PAYBACK Punkte*.



*auf freiverkäufliche und apothekenpflichtige, nicht auf Rezept abgegebene Produkte, sowie das apothekenübliche Ergänzungssortiment

PAYBACK.de

Nutzen Sie die Vorteile der PAYBACK-Karte!

Wir beraten Sie in unseren Apotheken. Einfach mal reinschauen!

Belsana Stützstrümpfe

Optimal bei Venenproblemen.

Jetzt **25% Rabatt** auf **alle vorrätigen**

Belsana Stützstrümpfe

Nur solange der Vorrat reicht!

NIKOLAI+APOTHEKE
FRIEDHEIM+APOTHEKE

25%
Rabatt



FRIEDHEIM+APOTHEKE
Am Twedter Plack

NIKOLAI+APOTHEKE
Südermarkt 12

Sind Ihre Venen fit?

Beinvenen-Mess-Woche vom 8. - 13. Juni

Gerade im Sommer leiden viele Menschen unter „schweren Beinen“. Hierbei handelt es sich häufig um erste Anzeichen einer Venenschwäche. Die Venenschwäche kann von Eltern oder Großeltern vererbt werden. Auch eine Änderung des Hormonhaushalts, z.B. in der Schwangerschaft, kann eine Ursache sein. Weitere Risikofaktoren, die jeder beeinflussen kann, sind Übergewicht und Bewegungsmangel.

Aufgabe der Venen ist es sauerstoffarmes Blut zum Herzen zurückzuführen. Einer der wichtigsten Antriebs-Mechanismen für diesen Bluttransport ist die Anspannung der Wadenmuskulatur beim Laufen. Damit das Blut nach einer Muskelanspannung nicht wieder in die Beine zurück sackt, sind in den Venen kleine Klappen vorhanden. Diese verschließen sich, wenn das Blut zurück sacken will. Bei einer Venenschwäche schließen die Venenklappen nicht mehr zuverlässig und das Blut wird nicht ausreichend abtransportiert. Es kommt zum Blutstau in den Beinen wodurch Krampfadern entstehen können. Schädliche Stoffwechselprodukte werden dann nicht mehr abgeführt. Das führt zu schweren Beinen, abendlichen Schmerzen, Unruhegefühl, Krämpfen und zum



Anschwellen der Beine. Die Stoffwechselprodukte reizen die Venenwand und können eine Venenentzündung mit Rötung und Braunfärbung der Haut auslösen. Im Extremfall stirbt die Haut im betroffenen Bereich ab. Dann entsteht ein „offenes Bein“.

Das stehende Blut in kranken Venen kann aber auch sehr leicht gerinnen und bei längerem Sitzen, z.B. auf einer Reise, zu einer Thrombose führen. Die gefährlichste Komplikation einer tiefen Beinvenenthrombose ist die Lungenembolie, welche oft tödlich verläuft. Soweit muss es nicht kommen! Für Menschen mit Venenleiden gibt es mehrere Maßnahmen, um die

Erkrankung im Griff zu behalten. Hierzu zählen in jedem Fall eine venenbewusste Lebensweise und Kompressionsstrümpfe. Auch Medikamente oder eine Operation kommen im Einzelfall in Frage.

Wir beraten Sie gern!

Nutzen Sie die Gelegenheit und lassen Sie Ihre Venen in der NIKOLAI+APOTHEKE für nur 4,- € testen. (ca. 20 Min.) Bitte vereinbaren Sie einen Termin unter Tel. 0461-150 400.

NIKOLAI + APOTHEKE



Messfehler? Lassen Sie Ihr Blutdruck- Messgerät überprüfen!

Immer wieder kommt es vor, dass die Blutdruckwerte beim Arzt anders sind als die zu Hause gemessenen. Doch wie kommt das zustande?

Falsche Handhabung, Aufregtheit beim Arzt aber auch ein Gerätefehler kommen da in Frage. Fast alle Hersteller empfehlen eine Überprüfung der Messgenauigkeit von Blutdruckgeräten alle zwei Jahre.

Wir testen Ihr Blutdruckmessgerät auf Messgenauigkeit!

Und so geht's:
Ihr Gerät am **Di, 16. Juni** in der Nikolai-Apotheke abgeben. Ein versierter Techniker prüft die Geräte am **Mi, 17. Juni**. Die Geräte können am **Do, 18. Juni** zusammen mit einem Prüfprotokoll wieder in der Apotheke abgeholt werden. Kosten: Nur 10,- € pro Gerät.

AP0-News!

Klasse, dass sie wieder da ist!

Eigentlich gehört Nele Hermannsen schon seit 2014 zum Team der Friedheim+Apotheke. Gestartet ist sie damals als Auszubildende zur PKA – pharmazeutisch-kaufmännisch Angestellte. Die Berufsausbildung dauerte 3 Jahre und Frau Hermannsen hat Sie als Jahrgangsbeste bestanden. „Da geht doch noch was“, dachte sie sich und so folgte die Ausbildung zur pharmazeutisch-technischen Assistentin an der PTA-Schule in Neu-

münster. Während der Schulzeit arbeitete Sie weiterhin an freien Tagen und in den Ferien bei uns mit – sehr tüchtig! Nun ist Sie, versprochen, endgültig zu uns zurückgekehrt und bereichert als Kollegin unsere Kunden-Beratung. Wir freuen uns riesig. Willkommen zurück!



Nele Hermannsen, PTA

Unsere Beratung - Ihr Plus



Christina Tieg



Angela Witte



Ann-Katrin Weiß



Michaela Niklasson



Osama Abo-Hasan



Karolina Antosik



Anika Nissen



Annalena Dase



Kalte oder nasse Füße ...

Der frühe Sommer kann Blasenentzündungen bringen. Eine pflanzliche Therapie ist möglich.

Wie jedes Jahr verspüren viele nun den „Wunsch nach Sommer“. Dann werden die Socken einfach weggelassen und der Sommer herbeibesprochen. Doch morgens und abends ist es oft noch kühl. Da lässt eine Blasenentzündung nicht lange auf sich warten. Blasenentzündungen gehören zu den häufigsten bakteriellen Infektionen. Betroffen sind aufgrund der Lage und Länge der Harnröhre vor allem Frauen. Schätzungen zufolge leidet jede zweite Frau mindestens einmal in ihrem Leben an einer Blasenentzündung. Bei 20 bis 30 % von ihnen kommt es innerhalb eines Jahres zu einem Rückfall. Der Leidensdruck ist hoch und eine rasche, effektive Therapie

daher wichtig. Allerdings sind einige pflanzliche Arzneimittel wirksam. Hier spielen insbesondere Inhaltsstoffe eine wichtige Rolle, die eine Anheftung der Bakterien an die Blasenwand hemmen. Keime finden dann weniger Halt und werden schneller ausgespült. So können pflanzliche Arzneimittel bei längerer Einnahme die Häufigkeit erneuter Blasenentzündungen verringern. Sprechen Sie uns vertraulich an – wir beraten Sie gern!

Sie sind pflanzliche Kombipräparate mit antientzündlichen, schmerzlindernden und krampflösenden Eigenschaften besonders gut für die Therapie geeignet. Die unangenehmen Symptome, wie Brennen beim Wasserlassen sowie Krämpfe im Unterleib, werden gelindert.

Auch zur Vorbeugung eines Rückfalls sind einige pflanzliche Arzneimittel wirksam. Hier spielen insbesondere Inhaltsstoffe eine wichtige Rolle, die eine Anheftung der Bakterien an die Blasenwand hemmen. Keime finden dann weniger Halt und werden schneller ausgespült. So können pflanzliche Arzneimittel bei längerer Einnahme die Häufigkeit erneuter Blasenentzündungen verringern.

Sprechen Sie uns vertraulich an – wir beraten Sie gern!

Blasenentzündung. Sie muss nicht zwingend mit Antibiotika behandelt werden!

Termine zum Vormerken:

21. – 25. September
Knochen-Dichte-Messung
Knochenbrüchen vorbeugen!

Am So, 27. September
Verkaufsoffener Sonntag in der Innenstadt
Auch die NIKOLAI+APOTHEKE hat geöffnet von 13 – 18 Uhr

Mehr Infos in der  **Nikolai+Apotheke**
Tel. 0461-150 400

NIKOLAI+APOTHEKE

Blasenentzündung. Sanfte Therapie mit pflanzlichen Präparaten.

Unser Tipp für Sie:



Canephron Uno bei Blasenentzündung
30 Tabletten
Jetzt 16,99€

-20%
AVP* 21,15 €

Meine Empfehlung:



Claudia Krugmann
Fußpflegerin

Optimale Fußpflege mit Allpresan

„Ich arbeite als Fußpflegerin sehr gerne mit Allpresan-Produkten. Gerade **Allpresan Fuß spezial Nr. 4 Original Schaum-Creme** ist sehr gut zur täglichen Pflege verhornter Fußhaut geeignet. Sie wirkt gezielt gegen oberflächliche Verhornungen und Risse. Mit 15 % Urea und einem Aktiv-Hautschutzkomplex ist sie speziell abgestimmt auf die Bedürfnisse verhornter Haut.“

- Zur täglichen Pflege verhornter Fußhaut
- Wirkt gegen oberflächliche Verhornungen und Risse
- Bildet ein atmungsaktives Schutznetz, das mechanische Belastungen (z.B. Reibung) reduziert
- Textilien können sofort nach der Anwendung wieder angezogen werden. Es besteht keine Rutschgefahr
- Ohne Duft-, Farb- und Konservierungsstoffe

Allpresan fuß spezial
Nr. 4 Schaum
Jetzt 9,99€

-16%
AVP* 11,95 €



Gönnen Sie Ihren Füßen eine Auszeit!

Ihr Plus

Unsere Beratung - Ihr Plus

Termine zum Vormerken:

Di, 8. September
um 19.30 Uhr
Vortrag zum Thema Darmgesundheit.
Referentin: Dagmar Prassler

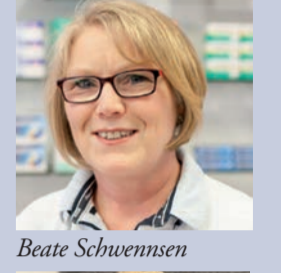
Fr, 11. September
10-16 Uhr
Darmberatungstag

Mehr Infos in der  **Friedheim+Apotheke**
oder unter Tel. 0461-37 480

FRIEDHEIM+APOTHEKE



Dr. Friederike Friedrich-Harder



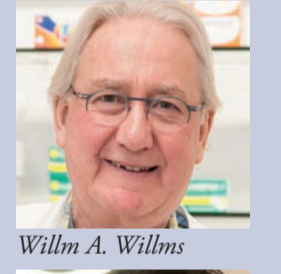
Beate Schwemsen



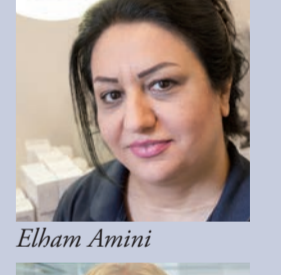
Masoumeh Rastgou



Clara Reichelt



Willm A. Willms



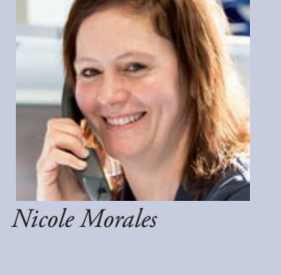
Elham Amini



Mona Mader



Janika Johannsen



Nicole Morales



www.flensburger-apotheke.de

ONLINE – sicher, einfach, schnell und regional

Zur Corona-Zeit gilt es, gerade für Risiko-Patienten Kontakte zu meiden. Deshalb online bestellen!

Viele haben durch die Corona-Situation unseren Online-Shop für sich entdeckt. Aber es gibt weitere Vorteile, aufgrund derer immer mehr Flensburger unseren Shop nutzen. Wer kennt es nicht: Arbeits- und Alltagspflichten nehmen gefühlte 48 Stunden am Tag in Anspruch. Extra-Wege zur Apotheke und zum Arzt sind dann nur schwer machbar. Oder man ist gerade gesundheitlich angeschlagen und wünscht sich einen komfortablen Medikamenten-Service. Am besten schnell, einfach und bequem durch meine bekannte Apotheke vor Ort. Für diese Bedürfnisse haben wir das passende Angebot! Es fusst auf folgender Überlegung von Dr. Friederike Friedrich-Harder:



Dr. Friederike Friedrich-Harder
Apothekerin für pharmazeut. Analytik

„Online bestellen muss ja nicht heißen, Ware durch die halbe Welt zu schicken. Vielmehr wollen wir unsere Kunden hier vor Ort als vertraute Ansprechpartner auch online begleiten. Per Internet, per Telefon sowie persönlich in der Apotheke – und natürlich immer mit den bewährten Sicherheitsstandards meiner Flensburger Apotheken. Das ist der große Unterschied zu anonymen Online-Angeboten. Wir sind sicher immer für Sie da!“

Sie schaffen es während unserer superlangen Öffnungszeiten

nicht zu uns? Oder Sie möchten bei der Abholung von Medikamenten in der NIKOLAI+ oder FRIEDHEIM+APOTHEKE Zeit sparen? Dann bestellen Sie jetzt ganz bequem von zu Hause, vom Arbeitsplatz oder von unterwegs Ihre Medikamente bei uns. So funktioniert's:

- Auf **www.flensburger-apotheke.de** rund um die Uhr sicher shoppen!
- Entweder Ihre Medikamente, zwecks schnellerer Abholung, in unseren Apotheken am Twedter Plack oder an der Roten Straße online vorbestellen.
- Oder Ihre Medikamente online direkt mit unserem Botendienst an Ihre Wunschadresse nach Flensburg, Wees oder

Glücksburg bestellen. Falls erforderlich holen wir zuvor Ihr Rezept bei Ihnen zu Hause, bei der Arbeit oder beim Arzt ab. Natürlich erfolgt die Lieferung für Sie kontaktlos – also sicher!

- **Schnelligkeit:** Wenn Sie Mo-Fr bis 18:00 Uhr und Sa bis 12 Uhr bestellen, liefern wir die Medikamente noch am selben Tag!* Ansonsten direkt am folgenden Werktag. *Sofern Ware und ggf. Rezept rechtzeitig in unseren Flensburger Apotheken vorliegen.
- **Ganz einfach bar/per Karte** beim Boten oder bei Abholung oder am schnellsten online mit Lastschrift, Kreditkarte, Paypal.
- **Regional + sicher:** Wir beliefern Sie in Flensburg, Wees und Glücksburg.

Meine Empfehlung:



Christina Eberle,
Kosmetikerin

Kosmetische Behandlungen in der FRIEDHEIM+APOTHEKE

Ab sofort ist es soweit. Unsere Kosmetikerin, Christina Eberle, darf wieder kosmetische Anwendungen anbieten. Natürlich gelten dabei die **üblichen Hygiene-Maßnahmen**, um Sicherheit zu schaffen. Wir freuen uns sehr, Ihnen wieder Termine anbieten zu dürfen!

Zum Start gibt es im Juni bei jeder Anwendung einen **15%-Rabatt-Gutschein** auf ein Produkt Ihrer Wahl aus dem rezeptfreien Sortiment. Termine bitte unter Tel. 0461-37480 vereinbaren.

Es ist endlich wieder soweit!



FUSSPFLEGE + KOSMETIK
AM TWEDTER PLACK

Wellness für die Seele!

FRIEDHEIM+APOTHEKE NIKOLAI+APOTHEKE

Octenisept
Wund-Desinfektions-
Spray
50 ml
Jetzt 5,79€



-19%
AVP* 7,18 €

Eubos Handcreme
Sensitiv
75 ml
Jetzt 5,49€



-20%
AVP* 6,85 €

Actinica Lotion
Sonnen-
Hautschutz
80 g
Jetzt 21,49€



-20%
AVP* 26,90 €

Unsere Dauerhaft-Günstig-Angebote:

Ibu Ratiopharm akut**
400 mg 20 St.
Jetzt 4,19€



-32%
AVP* 6,15 €

Hyo Comod Augentropfen
gegen trockene Augen
10 ml
Jetzt 12,69€



-15%
AVP* 14,95 €

Aspirin Plus C**
20 St.
Jetzt 7,29€



-37%
AVP* 11,50 €

Unsere Empfehlung:

„Actinica® Lotion ist ein hochwirksames medizinisches Produkt mit Breitspektrum-UV-Schutz, das speziell für Menschen entwickelt wurde, die ein erhöhtes Risiko für Hellen Hautkrebs haben, der durch die Einwirkung von UV-Licht verursacht wird.“



Claudia Reisig, Apothekerin

„ANTISTAX extra Venentabletten werden bei Erwachsenen angewendet zur Behandlung von Beschwerden bei Erkrankungen der Beinvenen (chronische Veneninsuffizienz), die sich zum Beispiel durch Schmerzen und Schweregefühl in den Beinen, Krampfadern, nächtliche Wadenkrämpfe, Juckreiz und geschwollene Beine (Beinödeme) äußern.“



Ulrike Budinsky, PTA

NIKOLAI+APOTHEKE

Leitende Apothekerin Christina Tiegler
Südermarkt 12 (An der Roten Straße) · 24937 Flensburg
Tel. 0461-150 400 · Fax 0461-150 4039
info@nikolai-apo.de www.nikolai-apo.de

FRIEDHEIM+APOTHEKE FUSSPFLEGE+KOSMETIK AM TWEDTER PLACK

Dr. Friederike Friedrich-Harder
Marrensdamm 12 · 24944 Flensburg
Tel. 0461-37 480 · Fax 0461-310 196
info@friedheim-apotheke.de www.friedheim-apotheke.de

...und gut für das Wohlbefinden und die Pflege

Soventol HC 0,5%
bei Hautallergie und Ekzem
15 g **Jetzt 6,99€**



-17%
AVP* 8,41 €

Paraktio Armband
Mückenabwehr mit
ätherischen Ölen
Erwachsene/Kinder
Jetzt 16,99€



-19%
AVP* 21,- €

Antistax extra
Venentabletten 90 Tabl.
Jetzt 35,99€



-20%
AVP* 44,99 €

Antibrumm
forte
Mückenschutz
150 ml
Jetzt 14,49€



-18%
AVP* 17,65 €

Allpresan fuß spezial
Nr. 4 Schaum **Jetzt 9,99€**
Lipid-Salbe **Jetzt 8,49€**



-16%
AVP* 11,95 €

-15%
AVP* 9,95 €

Angebote (außer Dauerhaft-Günstig-Angebote) gültig bis 31.08.20. Der AVP ist keine unverbindliche Preisempfehlung der Hersteller. * Der AVP ist ein von den Apotheken selbst in Ansatz gebrachter Preis für rezeptfreie Arzneimittel, der in der Höhe dem für Apotheken verbindlichen Arzneimittel-Abgabepreis entspricht, zu dem eine Apotheke das Produkt mit der gesetzlichen Krankenversicherung abrechnet. Im Gegensatz zum AVP ist die gebräuchliche UVP eine Empfehlung der Hersteller. ** Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben.

RABATT-GUTSCHEIN JUNI

Sofort-Rabatt auf
ein Produkt Ihrer Wahl*

*1 Stück –
aus dem rezeptfreien
Sortiment. Dieses
Angebot ist nicht mit
anderen Angeboten
oder Rabatten
kombinierbar.
Gültig bis 30.06.2020

**10 %
SPAREN**

FRIEDHEIM+APOTHEKE
Am Twedter Plack
NIKOLAI+APOTHEKE
Südermarkt 12

RABATT-GUTSCHEIN JULI

Sofort-Rabatt auf
ein Produkt Ihrer Wahl*

*1 Stück –
aus dem rezeptfreien
Sortiment. Dieses
Angebot ist nicht mit
anderen Angeboten
oder Rabatten
kombinierbar.
Gültig bis 31.07.2020

**10 %
SPAREN**

FRIEDHEIM+APOTHEKE
Am Twedter Plack
NIKOLAI+APOTHEKE
Südermarkt 12

RABATT-GUTSCHEIN AUGUST

Sofort-Rabatt auf
ein Produkt Ihrer Wahl*

*1 Stück –
aus dem rezeptfreien
Sortiment. Dieses
Angebot ist nicht mit
anderen Angeboten
oder Rabatten
kombinierbar.
Gültig bis 31.08.2020

**10 %
SPAREN**

FRIEDHEIM+APOTHEKE
Am Twedter Plack
NIKOLAI+APOTHEKE
Südermarkt 12

Wir
wünschen
Ihnen gute
Gesundheit!

IMPRESSUM:
FRIEDHEIM+APOTHEKE und
NIKOLAI+APOTHEKE
Inh. Dr. Friederike
Friedrich-Harder e.K.,
Apothekerin für
Pharmazeutische Analytik
Konzept, Redaktion und Layout:
RAINER PRÜSS Konzepte
Druck: Druckhaus Leupelt GmbH,
Flensburg
Irrtum vorbehalten.