

Immer für Sie da!



FRIEDHEIM + APOTHEKE NIKOLAI + APOTHEKE



Mai 2016

Aktuell!

Verkaufsoffener Sonntag in der NIKOLAI+APOTHEKE

Am 29. Mai ist verkaufsoffener Sonntag in der Flensburger Innenstadt. An diesem Tag lädt die Innenstadt zum Schlendern und Shoppen ein –

wir machen wieder mit!

Bei uns finden Sie eine besonders große Auswahl an Medikamenten, Gesundheits- und Kosmetik-Artikeln.

Als besonderes Bonbon erhalten Sie am 29. Mai bei jedem Einkauf in der NIKOLAI+APOTHEKE

eine Oliven-Handcreme (40 ml) GRATIS!

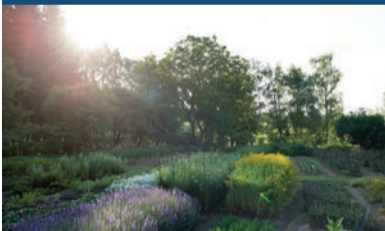


Wir freuen uns auf Sie!

NEU im Sortiment.

Kosmetikprodukte der Firma Dr. Hauschka

Dr. Hauschka Kosmetik ist einzigartig: Ausgewählte Heilpflanzen aus biologisch-dynamischem- oder kontrolliert-biologischem Anbau unterstützen die Haut darin, sich zu versorgen und zu regenerieren. Wir beraten Sie gerne!



Pflanzbeete mit Heilpflanzen

FRIEDHEIM + APOTHEKE
Am Twedter Plack

NIKOLAI + APOTHEKE
Südermarkt 12



Kosmetik-Woche
vom 9.-14. Mai in der Friedheim-Apotheke
Nutzen Sie unsere Angebote rund um Wellness und Wohlbefinden.
Anmeldungen unter Tel. 0461-37480.

Vom 9.-14. Mai „Kosmetik-Woche“

Begrüßen Sie mit uns den Frühling und lassen Sie sich verwöhnen in der Friedheim-Apotheke.

Unser medizinisch, kosmetisch geschultes Team sorgt für Ihr Wohlbefinden. Ob Rosacea, Akne oder einfach nur empfindliche Haut. Wir haben für jeden die richtige Pflege – damit Sie sich rundum wohl fühlen.

Unsere täglich buchbaren Frühlingsanwendungen in der Kosmetik-Woche:

Zusätzlich Montag 9. Mai Dr. Hauschka

NEU im Sortiment: Infostand und Proben zum Kennenlernen!

Frühlings-Maske

Reinigen, Peeling und Maske. ca. 30 Minuten **nur 15,- €**

Zusätzlich Dienstag 10. Mai Sensilis-Kennenlern-Anwendungen

Das „Chanel der Apotheke“ **nur 5,- €**

Rückenmassage

Über 15 Minuten **nur 15,- €**

Gepflegte Füße

Fußbad, Fußpeeling oder Fußmaske, Fußmassage. 30 Minuten **nur 15,- €**

Zusätzlich Mittwoch 11. Mai Dermasence-Kennenlern-Anwendungen

Fruchtsäuren für frischen Teint **nur 5,- €**

Schöne Hände

Handbad, Handpeeling und Handmassage. 30 Minuten **nur 15,- €**

Zusätzlich Donnerstag 12. Mai Eucerin-Promotion



Wir freuen sehr auf Ihren Besuch! Anmeldung für die Anwendungen unter Tel. 0461-37480 erbeten.

Auf die Enten - fertig - los ...

Am 4. Juni an der Flensburger Hafenspitze: Gummi-Entenrennen.

Am Samstag, den 4. Juni startet wieder das Lions-Benefizrennen der Gummi-Enten. Der Erlös kommt hochkarätigen Jugendprojekten in Flensburg zu Gute!

An der Flensburger Hafenspitze gibt es am Renntag ein buntes Programm für Jung und Alt. Beispielsweise gastiert dort ein



Kinder-Spielmobil während die Erwachsenen u. a. der Perkussion von „Policia do Samba“ lauschen können. Kaffee, Kuchen oder Würstchen versüßen die Rennzeit. Am Ende gibt es viele

tolle Preise, wie z. B. einen Reisegutschein für 1000 Euro, ein iPad, einen Weber-Grill und vieles mehr zu gewinnen. Wer am 4. Juni seine Ente nicht persönlich zur Hafenspitze bringen kann, darf dennoch gerne mitmachen: Einfach die Ente in einer der Vorverkaufsstellen (Liste auf

www.flensburger-entenrennen.de) kaufen und dort gleich fürs Rennen wieder „abgeben“. Machen Sie mit und erwerben Sie für nur **5,- €** eine Renn-Ente in der Friedheim-Apotheke!

Unsere Beratung – Ihr Plus



APO-News!

Praktisches Jahr

Als ausbildungsstarke Apotheke haben wir wieder eine angehende Apothekerin, Anna-Lena Lorenzen, in unseren Reihen. Nach dem bereits absolvierten vierjährigen Studium der Pharmazie darf sie vor dem finalen, dritten Staatsexamen nun praktische Erfahrungen sammeln.

Ein spannender Werdegang: Nach der Schule machte Anna-Lena Lorenzen zunächst eine Ausbildung im Hotelfach, holte dann das Abitur nach und studierte schließlich Pharmazie in Kiel. Hut ab vor

diesem Bildungsweg – wir sind sehr froh, dass Anna-Lena Lorenzen ihr Praktisches Jahr bei uns absolviert! Denn über den elterlichen Bauernhof ist Sie nördlich des Kanals verwurzelt und bestens geerdet. Die Flensburger Wohnung reicht derzeit allerdings nur für 2 Kaninchen. Ihre Leidenschaft für den Beruf merkt man Frau Lorenzen täglich an – so hat sie schnell ins Team gefunden. Und in den Pausen ist sie in Sachen Handarbeit tätig. Da wird gestrickt und gefilzt – Körbe oder Mützen sind im Nu wie von Zauberhand fertiggestellt.



Anna-Lena Lorenzen, angehende Apothekerin

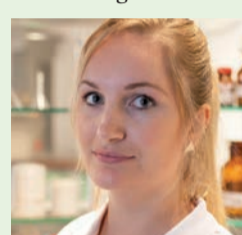
Unsere Beratung – Ihr Plus



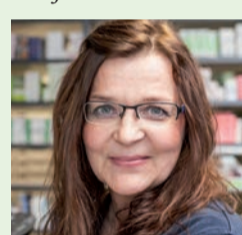
Jacqueline Feistkorn



Carolin Vogel



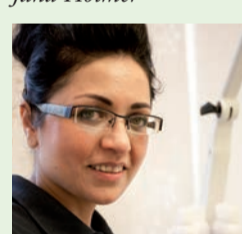
Lea Jensen



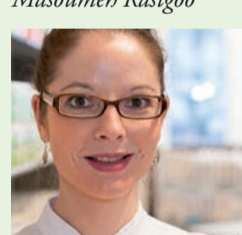
Michaela Niklasson



Jana Holmer



Masoumeh Rastgoo



Anika Frerichs



Heike Wilkens



Termine zum Vormerken:

Verkaufsoffener Sonntag
am 29. Mai von 13 – 18 Uhr

Einfach mal in Ruhe reinschauen!

Caudalie-Tag

am 1. Juni 10 – 17 Uhr

Gesundheitscheck

am 6. – 18. Juni

Vortrag „Leber-Fasten“

Dr. Padberg

am 7. Juni 19.30 Uhr

Mehr Infos in der Nikolai+Apotheke

Tel. 0461-150 400



NIKOLAI+APOTHEKE

Sommerzeit = ZECKENZEIT ... was tun?

Die ZECKE ist Überträger von gefährlichen Viren und Erregern. Hier einige Tipps, wie man bei einem Biss reagiert.

Entdeckt man eine saugende Zecke in der Haut, sollte man schnell reagieren. Zur unmittelbaren Entfernung sollten Spaziergänger deshalb ein geeignetes Werkzeug mit sich führen. Denn während einer Übertragung von FSME-Viren (Hirnhautentzündung) durch Zecken nördlich von Neumünster äußerst unwahrscheinlich ist, vergehen andererseits bis zu einer Infektion mit Borreliose-Bakterien durch den Biss im Schnitt 12 bis 24 Stunden. Wichtig ist, dass die Zecke möglichst hautnah gegriffen wird und dann ohne Drehen mit sanftem Zug heraus gezogen wird.

Tipps:

- **Keine Flüssigkeiten, wie z. B. Benzin, Nagellackentferner oder Alkohol VOR Entfernung der Zecke verwenden. Sie erhöhen das Risiko der Übertragung von Borrelien.**
- **Ein Absuchen des Körpers nach dem ersten Zeckenfund nicht abbrechen. Vor allem im Bauch- und Brustbereich, in den Kniekehlen, am Hals und Kopf sowie im Schritt können sich weitere Zecken verstecken.**
- **NACH dem Entfernen der Zecke die Stichstelle mit Alkohol oder einer jodhaltigen Salbe desinfizieren.**
- **Sollte eine mögliche Rötung an der Einstichstelle nicht zurückgehen oder sich ausbreiten, ist ein Arzt aufzusuchen. Gleiches gilt, wenn die Einstichstelle stark anschwillt, schmerzt, heiß wird oder pocht.**

- **Sollten Sie nicht sicher sein, wie die Zecke richtig entfernt wird, fragen Sie uns oder im Zweifel Ihren Arzt.**

Wie entfernte Zecken richtig entsorgen?

Am wirkungsvollsten ist das Zerdrücken von Zecken. Die Zecke dafür in einem zusammengefalteten Papier einklappen und ein Wasserglas mit Druck über das Papier ziehen. Ebenfalls erfolgreich ist das Töten nach Entfernung in 40-prozentigem Alkohol, Chlorreiniger oder Sagrotan. Unsicher sind das Zertreten mit dem Schuhabsatz oder das Herunterspülen der Zecke in der Toilette, denn Zecken überleben eine geraume Zeit im Wasser.

Hilfsmittel zur Entfernung von Zecken

Die Zeckenpinzette eignet sich vor allem für die Entfernung von ausgewachsenen Zecken und für die Zeckenentfernung bei Haustieren. Sie sollte am vorderen Teil gebogen-spitzen sein. Bei der Zeckenkarte hingegen wird die Zecke in einer V-förmigen Auslassung fixiert und durch eine Bewegung nach vorne und oben entfernt – die Karte fungiert dabei als Hebel.

Wepa Zeckenpinzette

1 Stück
nur 11,49 €

Wepa Zeckenkarte
1 Stück
nur 1,99 €



Einen Zeckenbiss erkennen und richtig behandeln. Wir zeigen, wie Sie es geht.

Meine Empfehlung:

Wir testen auf Vitamin-D Mangel

Vitamin D wird mit Erkrankungen wie Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes, Multipler Sklerose, Demenz und Depression, sowie Immun- und Infektionskrankheiten in Verbindung gebracht. Positive Effekte des Vitamin D sind gesichert zur Vorbeugung von Rachitis bei Säuglingen, für Menschen mit Osteomalazie (Knochenerweichung), bei chronischer Niereninsuffizienz, Nebenschilddrüsenschwäche und zur Vorbeugung von Knochenbrüchen bei älteren Menschen. Zusammen mit Calcium gehört Vitamin D zudem zur Basistherapie der Osteoporose. Damit ist Vitamin D quasi für jeden wichtig.

• **SOFORT-TEST** (liegt ein Vitamin-D-Mangel vor ja oder nein) nur 22,50 €

• **BESTIMMUNG DES VITAMIN-D-SPIGELS** nur 29,- € (mit Ergebnis binnen einer Woche) Bitte vorher an melden!

NEU! Vitamin-D-Test in beiden Apotheken!

Und bei uns erhältlich:

Vigantoletten – Vitamin D3
1000 IE
200 Stück
nur 13,98 €



Dr. Friederike Friedrich-Hander

Wie steht es um Ihr Gehör? Testen Sie.

Bei uns in der Friedheim-Apotheke können Sie am 24. Mai kostenlos einen Hörtest durchführen. Mitmachen!



Mein Vater nannte es immer „selektives Hören“, wenn meine Mutter ihm aus dem Keller Arbeitsanweisungen zurief. „Du hast Recht“ oder „Ja, ja“ rief er dann immer zurück und wir fanden das irgendwie komisch. „Hörst Du nicht?“, fragte dann meine Mutter, wenn mal wieder etwas unerledigt blieb. Heute

Hörverlust erkennen – ganz einfach mit einem Hörtest.

trägt mein Vater ein Hörgerät. Dagegen hat er sich lange gewehrt und stets behauptet doch gut zu hören. Heute ist er froh, denn mit dem Hörgerät kann er wieder an unseren Unterhaltungen teilhaben.

Hören Sie gut?

Zusammen mit dem Hörgeräteakustikern von „Rottler Brillen & Hören“ bieten wir Ihnen am **Dienstag, den 24. Mai von 10-17 Uhr einen Hörtest** an. Dieser hilft festzustellen, ob Sie eine Hörminderung haben.

So funktioniert's:

Der Hörtest prüft, wie gut Sie Worte vor Hintergrundrauschen verstehen können. Das basiert auf der Erkenntnis, dass

Schwerhörige Gesprochenes in lauter Umgebung, etwa in Restaurants oder auf Bahnhöfen nur schwer verstehen. Während des Tests hören Sie Fantasie-Wörter vor einem variierenden Hintergrundgeräusch. Ihre Aufgabe ist es, das Wort, das Sie hören, in einer Auswahl von angezeigten Wörtern wiederzufinden. Abhängig von Ihren Antworten wird das Hintergrundgeräusch angepasst. Indem Ihr Ergebnis mit den Durchschnittswerten von Personen ohne Hörminderung verglichen wird, ermittelt das Programm, ob Sie einen Hörverlust haben könnten. Da der Test sprachunabhängig ist, sind die Ergebnisse zuverlässig,

egal in welcher Sprache Sie sich am wohlsten fühlen. Das Testergebnis ersetzt aber keine professionelle Diagnose. Über das genaue Ausmaß eines möglichen Hörverlustes kann Ihnen nur ein Hörgeräteakustiker-Meister oder Ihr HNO-Arzt Auskunft geben.

Machen Sie mit beim **kostenlosen Hörtest am 24. Mai von 10-17 Uhr in der Friedheim-Apotheke. Zusammen mit dem Hörakustikern von „Rottler Brillen & Hören“**



99,95 €

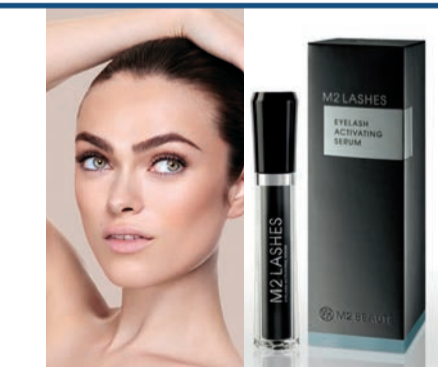
Meine Empfehlung:

Lange dichte Wimpern mit „M2 Beauté Eyelashes Activating Serum“

Welche Frau träumt nicht von längeren, dichteren Wimpern. Schon nach wenigen Wochen kann dieses Traumziel erreicht werden.

M2 BEAUTÉ EYELASHES ACTIVATING SERUM ist ein hochwirksames Wimpernseserum für dichtere und kräftigere Wimpern. Sie nehmen zudem einen dunkleren Ton und harmonischen Schwung an. Das Serum vermehrt die Wimpern, verlängert ihre Wachstumsphase und verzögert aufgrund der hochwertigen Pflegeanteile ihren Ausfall. Es basiert auf dem innovativen und hochpotenten MDN-Komplex, entwickelt nach Erkenntnissen der Augenmedizin.

MEINE EMPFEHLUNG: Einfach nur so – oder auch bei Verlust der Wimpern nach einer Chemo. Für ein deutlich schnelleres, schönes Wachstum!



M2Lashes Activating Serum
Für optimale Wimpernpflege
5 ml, bei uns zum Spezialpreis:
99,95 €

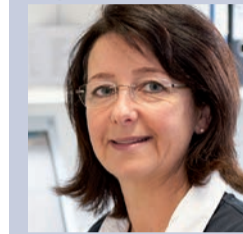
-17%
AVP* 120,- €

Dem Gesicht wieder Ausdruck geben!

M. Salzmann-Rakers Kosmetikerin



Angela Witte



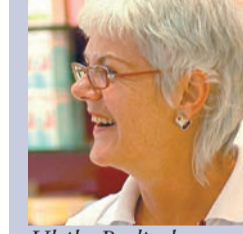
Christina Marquadsen



Antje Petersen



Yvonne Lütke



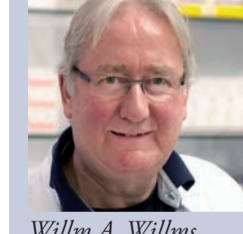
Ulrike Budinsky



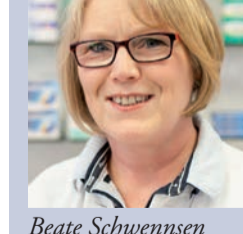
Nele Hermannsen



Mona Mader



Willm A. Willms



Beate Schwuensen

FRIEDHEIM + APOTHEKE NIKOLAI + APOTHEKE

Unsere Empfehlung:

Voltaren Dolo 25 mg
20 Tabletten
8,79€



-15 %
vorher 10,29 €

Allpresan
Fuß spezial 4
Schaumcreme
9,29€



-20 %
AVP* 11,65 €

Cetirizin ratiopharm
bei Allergien
20 Tabletten
5,99€



-19 %
AVP* 7,38 €

„Voltaren Dolo ist ein Schmerzmittel welches bei jeder Art von Gelenk- oder Gliederschmerzen sehr hilfreich ist. Besonders bei Rückenschmerzen, da schnelle Hilfe gewährleistet ist. In Verbindung mit Voltaren Schmerzgel ist Schmerzfreiheit so gut wie sicher. Es sollte in keiner Hausapotheke fehlen!“



Levke Bock
Pharm.-technische Angestellte

„Allpresan Schaumcreme hilft z.B. bei Problemen mit Hornhaut an den Füßen. Nach mehrmaligem Auftragen morgens und abends tritt langsam Besserung ein. Auch Fersen sind nicht mehr so rissig. Der Schaum ist leicht zu portionieren und zieht schnell ein. Probieren Sie die Schaumcreme einfach aus!“



Claudia Halle
Fußpflegerin

Unsere Dauerhaft-Günstig-Angebote:

Thomapyrin Classic
20 St.
4,99€



-23 %
AVP* 6,47 €

Talcid
20 St. **4,59€**



-30 %
AVP* 6,53 €

Bepanthen Augen- und
Nasensalbe 5 g
2,99€



-21 %
AVP* 3,78 €

Gut für die
Gesundheit und
das Portemonnaie...

...und gut für das Wohlbefinden und die Pflege

Roche Posay Anthelios
XL 50+ 50 ml
Crema **14,50€**



-17 %
AVP* 17,50/19,90 €

Fluid **16,50€**

Ciclopoli 3,3 ml
gegen Nagelpilz
3,3 ml
22,90€



-15 %
AVP* 26,95 €

Hoggar Night
20 St. **7,99€**



-20 %
AVP* 9,96 €

Dr. Grandel HA
Hyaluron Refill
Crema 50 ml **29,99€**



-19 %
AVP* 37,00 €

HYLO-COMOD
Augentropfen 10 ml
12,79€



-14 %
AVP* 14,95 €

DermaSOL Duschgel
Totes Meer Mineralien
3,49€



-30 %
AVP* 4,95 €

RABATT-GUTSCHEIN MAI

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 30.05.2016

**10 %
SPAREN**

Wepa Zeckenpinzette
1 St.
11,49€



-11 %
AVP* 12,95 €

Wepa Zeckenkarte
1 St.
1,99€



-20 %
AVP* 2,49 €

Angebote (außer Dauerhaft-Günstig-Angebote) gültig bis 30.05.16
Der AVP ist keine verbindliche 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.

Wir wünschen Ihnen
gute Gesundheit !

NIKOLAI + APOTHEKE

Leitende Apothekerin Christina Tiegl
Südermarkt 12 · 24937 Flensburg
Tel. 0461-150 400
Fax 0461-150 4039
info@nikolai-apo.de
www.nikolai-apo.de

FRIEDHEIM + APOTHEKE

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

IMPRESSUM:

Friedheim-Apotheke und Nikolai-Apotheke
Inh. Dr. Friederike Friedrich-Harder,
Apothekerin für Pharmazeutische Analytik
Konzept, Redaktion und Layout: RAINER PRÜSS Konzepte
Druck: Druckhaus Leupelt GmbH, Flensburg
Irrtum vorbehalten.