

**DR. C. SOLDAN® aecht  
Bayrischer Blockmalz**  
100 g

**17%  
gespart**



~~1,79 €\*\*~~

**1.49 €**

**Preisknüller**

**OHROPAX® Soft  
Ohrstöpsel**  
10 Stück

**39%  
gespart**



~~3,25 €\*\*~~

**1.99 €**

**Gegen Lärm, Ideal  
zum Schlafen, Ent-  
spannen und Arbeiten**

**Cetaphil® PRO  
Itch Control**  
50 ml

**31%  
gespart**



~~7,95 €~~

**5.49 €**

**Regenerierende  
Handcreme**  
100 ml = 10,98 €

**Verstopfung**

- **Quellmittel:** Weizenkleie, Lein- oder Flohsamen quellen auf und erhöhen so das Volumen des Stuhls. Täglich 1 EL in Saft oder Wasser rühren.
- **Medikamente:** Hilfreich sind Abführmittel mit Lactulose. Es macht den Stuhl weicher, indem es Wasser in den Darm zieht. Wichtig: Die Präparate nicht täglich über einen längeren Zeitraum ohne ärztliche Abklärung einnehmen.
- **Viel und regelmäßig trinken:** Pro Tag sollten es mindestens 1,5–2 Liter sein (z. B. kohlenstoffarmes Wasser, Kräutertees). Trinken Sie regelmäßig über den Tag verteilt, damit die Verdauung gleichmäßig gefördert wird.

• **Hausmittel:** Vor dem Zubettgehen 3–4 Backpflaumen und den Saft einer Zitrone in ein Glas Wasser einweichen. Am nächsten Morgen Pflaumen essen und Zitronenwasser dazu trinken.

• **Sich regelmäßig bewegen:** Bei Verstopfung wirkt etwas Sport (z. B. Fahrrad fahren, Joggen, Walken) oft wahre Wunder. Auch einfaches Spazieren gehen bringt einen müden Darm wieder auf Trab.

*Hinweis: Zum Arzt gehen sollten Sie immer dann, wenn neue oder unerklärliche Symptome auftreten, wie etwa veränderter Stuhlgang, nächtliches Schwitzen, nächtlicher Durchfall oder plötzlicher Gewichtsverlust. In manchen Fällen kann eine entzündliche Darmerkrankung dahinter stecken.*



**meridol®  
MUNDSPÜLUNG**  
400 ml

**SPAR  
PREIS**



**Bekämpft die  
Ursache von Zahn-  
fleischentzündungen**

**5.99 €**

1 l = 14,98 €

**meridol® ZAHNPASTA**  
75 ml

**SPAR  
PREIS**



**Bekämpft die  
Ursache von Zahn-  
fleischentzündungen**

**2.99 €**

100 ml = 3,99 €

**Em-eukal® Salbei  
Zuckerfrei**  
75 g

**21%  
gespart**



~~1,89 €\*\*~~

**1.49 €**

100 g = 1,99 €

\* Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. \*\* Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers (Stand 04.09.2019), die Ersparnis in Prozent bezieht sich auf diese unverbindliche Preisempfehlung. \*\*\* Diesen Betrag hat der pharmazeutische Unternehmer an die IFA GmbH nach § 129 Abs. 5a SGB V als Basis für die ausnahmsweise Abrechnung dieses Produkts mit der gesetzlichen Krankenversicherung gemeldet. Außerhalb der Abrechnung mit der gesetzlichen Krankenversicherung hat dieser Betrag keine Bedeutung; er ist auch nicht anderweitig verbindlich. Nach § 130 Abs. 1 SGB V haben gesetzliche Krankenversicherungen gegenüber Apotheken Anspruch auf Gewährung eines Rabatts in Höhe von 5% auf diesen Betrag.