

## Gesundheit [er]leben



### Hautprobleme und Schmerzen ade

**SQOOM setzt neue Maßstäbe.** Das innovative SQOOM Behandlungskonzept regeneriert die Haut aus der Tiefe heraus. Völlig unkompliziert und sanft werden mit SQOOM med Hautprobleme korrigiert, Schmerzen gelindert und die Hautstruktur nachhaltig verbessert. SQOOM antiAge reduziert Falten, korrigiert Pigmentflecken und regeneriert das Bindegewebe. In der St. Magdalena Apotheke ist seit Ende Oktober nun die gesamte SQOOM Produktlinie (SQOOM antiAge und SQOOM med) erhältlich.

Die weltweit patentierte SQOOM Synchron-Technologie verbindet auf einzigartige Weise Ultraschall und Lontophorese und schleust hochentwickelte Wirkstoffgele tief in die Haut ein. Wenn die Haut durch Neurodermitis, Psoriasis, Rosacea, Akne oder Narben in Mitleidenschaft gezogen ist, entsteht bei Betroffenen oft ein enormer Leidensdruck. SQOOM med schafft mit speziell entwickelten Gelkomplexen zuverlässige Hilfe. Selbst akute und chronische Schmerzen (wie bei Arthrosen), sowie Verspannungs- und Entzündungsschmerzen oder Tinnitus können mit SQOOM erfolgreich gelindert werden – und das völlig kortisonfrei.

#### Natürliche Wirkstoffe, die tief in die Haut gehen

SQOOM Wirkstoffgele zeichnen sich durch ihre natürlichen, besonders hautverträglichen Inhaltsstoffe aus und kommen zur Gänze OHNE synthetische Inhalts- und Konservierungsstoffe aus. Sie werden über den Schallkopf des SQOOM-Gerätes, der pro Sekunde eine Million sanfter Schwingungen erzeugt, tief in die Haut transportiert und regenerieren so die Haut von innen heraus. Das bestätigen klinische Tests und dermatologische Studien.

Und wer eine hochwirksame Lifting-Technologie für zu Hause sucht, findet mit SQOOM ebenfalls die perfekte Lösung – eine Schönheitspflege, wie sie intensiver kaum sein kann. Denn auch hier setzt die Wirkung tief in der Haut an, um Falten zu reduzieren, die Hautstruktur zu verbessern und Pigmentflecken zu korrigieren. Effektiver geht's nicht. Überzeugen Sie sich selbst und informieren Sie sich unverbindlich über die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten von SQOOM – von Kopf bis Fuß.

Wir laden Sie herzlich ein unseren SQOOM-Beratungstag am **Montag, 13. Dezember ab 9.00 Uhr** in unserer Apotheke zu besuchen.

Reservieren Sie sich gleich jetzt Ihren kostenfreien, persönlichen Beratungstermin (30 Minuten).

Wir freuen uns auf Sie!

**Für nähere Informationen steht Ihnen das gesamte St. Magdalena-Team sehr gerne zur Verfügung.**

**PS: SQOOM – eine Geschenkidee der besonderen Art!**

**SQOOM med** **SQOOM antiAge**

Mag. Peter Eder: „SQOOM hat eine völlig neue und einzigartige Technologie für jene, die sich eine sanfte und dabei höchst wirkungsvolle Schönheitspflege für zu Hause wünschen. Und Sqoom kann noch viel mehr. Die hochwirksamen SQOOM medGele bieten verlässliche Hilfe bei Hautproblemen sowie bei akuten und chronischen Schmerzen. Effektiver geht's nicht.“



Editorial  
Mag. Karin und Mag. Peter Eder

Vier Wochen vor dem Weihnachtsfest beginnt die schöne Zeit des Advents. Die erste Kerze des Adventkranzes wird angezündet, die Weihnachtsmärkte laden zu einem romantischen Besuch ein und alle beginnen sich mit großer Freude auf das Weihnachtsfest vorzubereiten.

Auch Ihnen wünschen wir einen wunderbaren Advent. Genießen Sie diese herrlichen Dezemberwochen und lassen Sie keine der kleinen und großen Freuden aus.

### A Veranstaltungen

Infos in der Apotheke

- A Schminkworkshops**  
Susanne Rief, Imageberaterin und Visagistin  
**Termine: Do, 02.12.2010, 18.00 - 21.00 Uhr**  
**Do, 09.12.2010, 18.00 - 21.00 Uhr**  
Preis: € 55,-/Termin  
Info + Anmeldung unter 0664/1520494
- A Beratungstag „Trockene Augen“**  
**Termin: Di, 07.12.2010, 14.00 - 18.00 Uhr**
- A SQOOM-Beratungstag**  
Einzeltermine (30 min.): Petra Bruckmüller  
**Termin: Mo, 13.12.2010, ab 09.00 Uhr**  
kostenlos, bitte um Anmeldung
- A „Malen auf Seide“ – Erwachsenenkurs**  
Leitung: Verena Schwingenschuh  
**Termin: Fr, 17.12.2010, 12.30 - 17.30 Uhr**  
Preis: € 20,-  
Info + Anmeldung unter 0664/6398936  
weitere Kurse auf unserer Homepage
- A Stylingworkshop (neu mit Farb- u. Typberatung)**  
Susanne Rief, Imageberaterin und Visagistin  
**Termin: Sa, 29.01.2011, 09.00 - 17.00 Uhr**  
Preis: € 195,-  
Info + Anmeldung unter 0664/1520494

## Starke Verdauung für die Festtage

Neue Rezeptur aus der tibetischen Gesundheitslehre, bestehend aus fünf pflanzlichen Komponenten, macht fettreiche Winterkost verträglicher.

Martinigansl, Advent- und Weihnachtsfeiern – fettes Essen und ein voller Magen lassen sich in Zeiten üppiger Buffets nicht immer vermeiden. Gerade das behindert allerdings laut der Tibetischen Medizin eine gute Verdauung. In der traditionellen tibetischen Gesundheitslehre unterstützt eine Kombination aus fünf pflanzlichen Komponenten Magen und Darm bei der Verdauung: Granatapfelsamen, Galgantwurzel, Langer Pfeffer, Kardamom und Zimtkassia. Sie vermindern ein unangenehmes Völlegefühl, Übelkeit und Aufstoßen nach dem Essen, indem sie den Gallenfluss fördern und die Produktion von Magensekret und Speichel anregen. Zudem wirken sie antioxidativ, entblähend und für das Verdauungsfeuer stärkend.

Kalte klimatische Bedingungen oder kühlende Nahrung aber auch bestimmte Medikamente, etwa Antibiotika, sowie Stress dämpfen die Verdauungshitze. Bewegung, Entspannung und warme Mahlzeiten fachen es an.

Um die Verdauungshitze gezielt zu steuern und um Beschwerden, wie Völlegefühl, Sodbrennen und Blähungen

zu vermeiden, setzt die tibetische Gesundheitslehre auf pflanzliche Vielstoffgemische, wie z.B. auf die Rezeptur PADMA Digestin, bestehend aus Granatapfelsamen, Galgant, langer Pfeffer, Kardamom und Zimtkassia.

**Granatapfelsamen:** wirken antimikrobiell und steigern generell die Verdauungshitze. Sie werden eingesetzt bei Verdauungsstörungen, Appetitverlust und Blähungen, welche durch mangelhafte Verdauungswärme ausgelöst werden.

**Galgant:** fördert den Speichelfluss.

**Langer Pfeffer:** wird bei „kalten Störungen“, wie Magenverstimmungen, Blähungen und Magenübersäuerung angewendet.

**Kardamom:** verdauungsfördernd und magenstärkend, appetitanregend und wärmend, fördert die Gallenbildung sowie die Gallensekretion. Kardamom ist gut gegen Blähungen und hat eine ausgewiesene antibakterielle wie auch antivirale Wirkung. Anwendungsbereiche: kalte Nieren- und Magenleiden sowie Magenverstimmung.

**Zimtkassia:** beruhigt den Darm, hat eine stärkende Wirkung bei Nierenschwäche oder Kältegefühl.

PADMA Digestin wird gemäß den europäischen Qualitätsrichtlinien in der Schweiz produziert.



## Geborgenheit beginnt mit Sidroga® Tee



Wenn nur das Beste gut genug ist, dann ist es Zeit für Sidroga®.

Das Sidroga® Teesortiment für Mutter & Kind ist speziell abgestimmt auf die Bedürfnisse der jungen Familie. In Bio-Qualität, frei von Zusatzstoffen und zugesetztem Zucker.



**Sidroga® Bio Kinder-Fencheltee**  
Bauchlein-Wohlfühltee für Kleinkinder – geeignet ab der 7. Lebenswoche



**Sidroga® Bio Stilltee**  
Die ideale Begleitung in der Stillzeit mit Anis, Kümmel, Melisse & süßem Fenchel.

**-10%\***  
auf alle Sidroga®-Tees jeden Mittwoch

Sidroga, D-56119 Bad Ems  
www.sidroga.at

**SIDROGA**



### Ganslessen ohne Reue, deftiges Essen im Herbst

PADMA Digestin® unterstützt die Verdauung bei geschwächter Magen- und Darmfunktion und wird eingesetzt bei: Völlegefühl, Blähungen sowie zur längerfristigen Harmonisierung der Darmtätigkeit. PADMA Digestin® regt die Produktion der Verdauungssäfte an, unterstützt eine gesunde Magenentleerung und harmonisiert die Aktivität des Magens und Darms. Dadurch wird die Passierung des Nahrungsbreis erleichtert und verbessert. PADMA Digestin® ist ein rein pflanzliches Präparat, ohne Alkohol, in Kapselform, praktisch für unterwegs.

# ENTGIFTUNG





Herbstart  
**PADMA HEPATEN®**  
Kapseln unterstützen die Entgiftung

**PADMA HEPATEN®** unterstützt:

- das Ausleiten von Schadstoffen
- die Reinigung des Organismus
- die Regenerationsfähigkeit der Leber



Mit guten Vorsätzen ins neue Jahr.

**PADMA**  
Moderne tibetische Rezeptur

mit Mikronährstoffen von Burgerstein



mit Homöopathie von Magister Doskar



mit Grippostad®



bei grippalem Infekt

mit Ibumetin® forte



bei Fieber und Schmerzen

## Fit durch

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen



Mag. pharm. Norbert Fuchs

## Schönheit kann man essen

Der Ausdruck „Kosmetik“ kommt vom Altgriechischen und bedeutet soviel wie „schmücken“. Tatsächlich betrachten wir die Kosmetik heute noch als Körper- und Schönheitspflege, die vorwiegend auf äußerlichen Maßnahmen beruht. Zugleich aber ist uns bewusst, dass Schönheit auch etwas ist, was unser Inneres widerspiegelt. „Die Haut ist der Spiegel unserer Seele“ weist auf diese Zusammenhänge hin. Die Erkenntnisse der modernen Ernährungsmedizin aber werden noch konkreter. Sie beweisen immer häufiger, dass unser Aussehen auch unser Ernährungsverhalten und unseren Ernährungszustand reflektiert.

### Der Mensch ist, was er isst

Dass ungesunde, einseitige und allzu kalorienreiche Ernährung zu Übergewicht und Gesundheitsschäden führt, ist den meisten von uns bewusst. Weniger bekannt ist uns allerdings, wie sehr sich unsere tägliche Ernährung auf unser Hautbild auswirkt. Trockene und fahle Haut, allergische Haut, Neurodermitis und Schuppenflechte sind ebenso ernährungsabhängig wie Übergewicht oder Cellulite. Wie sollte es auch anders sein? Unser Körper, somit auch unsere Haut, besteht aus all dem, was wir tagtäglich essen, trinken und atmen.

### Die vier Nährstoff-Säulen für gesunde, elastische Haut

Auf den Punkt gebracht, benötigt unser Körper vier Kategorien von Nährstoffen, um seine Hautzellen optimal versorgen zu können: Vitamine, hochungesättigte Fettsäuren, Spurenelemente und sogenannte Antioxidantien. Jede dieser vier genannten Nährstoff-Kategorien hat eine besondere, unverzichtbare Funktion im Aufbau- und Regenerationsstoffwechsel unserer Haut. Vitamine aktivieren die Regeneration und Neubildung unserer Haut. Die hochungesättigten Fettsäuren dienen als „Bio-Baustoffe“ für eine elastische Haut. Mineralstoffe und Spurenelemente reinigen das Bindegewebe, indem sie sau-

re Stoffwechselschlacken neutralisieren und ausleiten. Antioxidantien gelten als biologische Feuerlöcher und schützen die Haut vor Umwelteinflüssen wie Schmutz, Kälte oder UV-Strahlung. Alle vier genannten Nährstoffgruppen arbeiten auf biologischer Ebene ineinander und miteinander. Das Fehlen von nur einem dieser wichtigen Stoffe führt zu Ungleichgewichten im Hautstoffwechsel.

### Wahre Schönheit kommt von innen

Wenn sich Models und Filmstars häufig von Obst, Gemüse und hochwertigen Pflanzenölen ernähren, so verfolgen sie damit meist einen Zweck: möglichst lange gesund und jugendlich auszusehen.

Das ernährungsmedizinische Geheimnis hinter diesen Ernährungsmaßnahmen: Obst ist reich an Vitaminen und Antioxidantien, Pflanzenöle enthalten hochungesättigte Fettsäuren und Gemüse ist eine gute Quelle für reinigende Mineralstoffe und Spurenelemente. Mittlerweile gibt es eine komplexe Nährstoff-Formel, die all die genannten Mikronährstoffe in ausgewogener und lückenloser Zusammensetzung enthält. Die Formel wurde in medizinischen Tests erfolgreich bei Neurodermitis und Schuppenflechte eingesetzt, wird jedoch auch bei trockener und fahler Haut empfohlen. Die Formel heißt SeloDerm® und ist in Ihrer Apotheke rezeptfrei erhältlich.

**SeloDerm®**  
Gesunde Haut ist schöne Haut!

Sammelpass für alle Ökopharm-Produkte 4 + 1 gratis

OKOPHARM PRO CORPORE SANO

**SuperMind®**  
Für starke Nerven und bessere Konzentration!

Für kluge Köpchen!

OKOPHARM PRO CORPORE SANO

**SCHENKEN SIE LEISTUNGSKRAFT!**

Fit fürs Fest  
24 Tipps für Körper, Geist und Seele, damit Sie Weihnachten richtig genießen können  
von Prof. Hademar Bankhofer

Wihnachtsaktion bis 24. Dezember

Fragen Sie beim Kauf einer 500ml bzw. 1000ml Flasche Buerlecithin® nach dem exklusiven und in limitierter Auflage erschienenen 32-seitigen Büchlein „Fit fürs Fest“ von Prof. Hademar Bankhofer. In Ihrer Apotheke — solange der Vorrat reicht.

**buerlecithin®**  
LEBENSELIXIER FÜR KÖRPER UND GEIST

3X TÄGLICH

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

\*Die Angebote gelten bei Vorlage unserer Kundenkarte für alle lagernden Artikel bis 31.12.2010.

## den Winter

mit Riopan®

SODBRENNEN UND SAURES AUFSTOßEN  
**RIOPAN®**  
1600 mg – MagenGEL

bei Sodbrennen und saurem Aufstoßen

mit Tantum® Verde

TANTUM VERDE  
TANTUM LEMON

bei Halsentzündung

mit Nasic®

nasic Nasenspray

bei Schnupfen

mit Echinacin®

Echinacin MADAUS Tropfen

zur Immunstärkung

informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Gesundheit [er]leben

## Der Schnupfen – Ausgangspunkt für jede Erkältung

In der kalten Jahreszeit häufen sich Erkältungen massiv. Das ist allgemein bekannt. Doch sollte sich jeder Betroffene vor Augen halten, wie sehr ein zunächst banaler Schnupfen unbehandelt den gesamten Organismus in Mitleidenschaft ziehen kann. Von Entzündungen der Nasennebenhöhlen bis hin zu Schlaflosigkeit – die Liste der Folgebeschwerden ist lang. Um so bedeutsamer ist es, bei ersten Schnupfensymptomen rechtzeitig und konsequent mit Hilfe einer effektiv schonenden „Doppeltherapie“ zu reagieren.

### Umfassend schützende Doppeltherapie gefragt

Damit dies nicht passiert, wurde unter Mitarbeit von Hals-Nasen-Ohren Ärzten ein Schnupfenspray der neuen Generation entwickelt. Man kombinierte den abschwellenden Wirkstoff mit hoch dosiertem Dexpanthenol und

patentiert diese Wirkstoffkombination (als nasic® rezeptfrei in Apotheken). Dexpanthenol ist für seine stark schleimhautschützenden Eigenschaften bekannt und wirkt zudem intensiv entzündungshemmend. Dies wird heute als ein weiterer Vorteil bei der Behandlung von Schnupfen und Sinusitis betrachtet. Somit ist es endlich möglich im akuten Erkältungsfall die Nasenschleimhaut ohne Sorgen vor Gewöhnungs- und Austrocknungseffekten abzuschwellen. Die Nase wird schnell und lang anhaltend frei, die Nasennebenhöhlen werden effektiv belüftet. Auch der häufig quälende Kopfdruck lässt zuverlässig nach. Hinzu kommt, dass der Schnupfen bei Verwendung eines Schnupfensprays der neuen Generation im Vergleich zu herkömmlichen Präparaten, die nur einen abschwellenden Wirkstoff enthalten, deutlich schneller ausheilt, so das Ergebnis einer aktuellen Studie.

Der einzige Schnupfenspray mit pflegendem Dexpanthenol

## Fragen Sie nach dem besten Schnupfenspray!

- +** befreit die verschnupte Nase
- +** heilt die geschädigte Nasenschleimhaut

Jetzt neu! In Ihrer Apotheke

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



# Husten?

- Zur Schleimhautberuhigung bei Reizhusten
- Desinfizierende Eigenschaften
- Für Kinder ab 2 Jahren
- Rein pflanzlich
- Alkohol- und zuckerfrei

Die pflanzliche Alternative bei Husten!

Pflanzlich. Alkoholfrei. Zuckerfrei.

# Alles Gute!

**-10%\***  
ab 2 Stück

**LEATON**  
Multivitamin-Tonikum  
*classic*  
für Erwachsene – täglich  
500 ml

**LEATON**  
Energie und Vitalität  
www.leton.at

Kwizda

## A Geschenksideen für Weihnachten

L'Occitane – Naturkosmetik aus Frankreich

**-10%\***

**BOTARIN**  
Anti-Aging Sets

Blutdruckmesser Tensoval Duo Control

statt € 89,70  
**€ 69,90\***

Apothekengutscheine

**Gutschein € 10,-**

Symbolfotos