

Einlösbar in Ihrer
Castello-Apotheke
Berlin

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

Einlösbar in Ihrer
Castello-Apotheke
Berlin

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

Einlösbar in Ihrer
Castello-Apotheke
Berlin

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

Einlösbar in Ihrer
Castello-Apotheke
Berlin

*Auf ein Produkt Ihrer Wahl, ausgenommen preisreduzierte Artikel, verschreibungspflichtige Arzneimittel und preisgebundene Bücher. Pro Einkauf ein Rabatt-Gutschein einlösbar.

Dolo-Dobendan® Lutschtabletten**

Wirkstoffe: Cetylpyridiniumchlorid, Benzocain Anwendungsgebiete: Zur temporären unterstützenden Behandlung bei schmerzhaften Entzündungen der Mundschleimhaut und der Rachenschleimhaut. Enthält Sorbitol, Sucrose (Zucker) und Glucose.



Inhalt: 36 Stück / AVP: 12,97 €

23% Rabatt **9,95 €**

ACC® akut 600 Brausetabletten**

Wirkstoff: Acetylcystein. Anwendungsgebiet: Zur Schleimlösung und zum erleichterten Abhusten bei Atemwegserkrankungen mit zähem Schleim. Enthält Lactose, Sorbitol und Natriumverbindungen.



Inhalt: 20 Stück / AVP: 14,49 €

24% Rabatt **10,95 €**

Bepanthen® Augen- und Nasensalbe**

Wirkstoff: Dexpanthenol. Anwendungsgebiete: Zur Unterstützung der Heilung bei oberflächlichen leichten Hautschädigungen an der Hornhaut, Bindehaut bzw. Nasenschleimhaut. Hinweis: Enthält Wollwachs.



Inhalt: 10 g / AVP: 6,97 € / Preis 100 g: 54,50 €

22% Rabatt **5,45 €**

Ladival® Aktiv Alpin Sonnen- und Kälteschutzkombi LSF 50+

Schützt Gesicht und Lippen vor Sonne dank sehr hohem Lichtschutzfaktor, vor Kälte bis -18 °C und zusätzlich vor Austrocknung. Die Sonnenschutzkombination ist besonders praktisch für unterwegs und nicht nur für Wintersportler. Handlicher Sonnenschutz für alle, die gerne im Winter draußen aktiv sind.



Inhalt: 1 Stück / UVP: 10,45 €

24% Rabatt **7,95 €**

Neurexan® Tabletten**

Anwendungsgebiet: Sie leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Schlafstörungen und nervliche Unruhezustände. Hinweis: Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden ist ein Arzt aufzusuchen, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztl. Abklärung bedürfen. Warnhinweis: Enth. Lactose. Packungsbeilage beachten.



Inhalt: 100 Stück / AVP: 24,78 €

24% Rabatt **18,95 €**

Aktuelles aus der Wissenschaft

„Essen im Zeitfenster“



Intervallfasten ist nicht erst seit gestern hochaktuell. Anders als beim klassischen „Fasten“ wird für eine bestimmte Zeitspanne des Tages (mindestens 14, besser 16 Stunden) auf die Nahrungsaufnahme verzichtet. In der restlichen Zeit ist erlaubt, was schmeckt. Ein Forscherteam aus San Diego/Kalifornien untersuchte den Einfluss des Intervallfastens auf das metabolische Syndrom (= Fettleibigkeit, Bluthochdruck, gestörte Glukosetoleranz, Fettstoffwechselstörung). Betroffenen wird hier normalerweise eine strikte Diät in Kombination mit mehr Sport und Bewegung verordnet, in vielen Fällen jedoch ohne den gewünschten „Durchhalteerfolg“.

An der Pilotstudie beteiligten sich 19 Teilnehmer, deren „Essenszeit-Fenster“ vor der Untersuchung mindestens 14 Stunden betrug. Dieses wurde auf 10 Stunden beschränkt, weitere Einschränkungen gab es nicht. Das Resultat – innerhalb von 12 Wochen konnte sowohl ein Gewichtsverlust, als auch eine Stabilisierung des Blutzuckerspiegels und eine Senkung des Blutdrucks erreicht werden. Das wirkt sich günstig auf den Gesamtgesundheitszustand aus und minimiert das Diabetesrisiko. Weiterer Pluspunkt – über 70% der Probanden verfolgten das Konzept auch nach Abschluss der Studie weiter. Nun gilt es die Ergebnisse in weiteren Untersuchungen zu bestätigen.

Zum Vormerken:

Fasten im Alltag

Betreutes Fasten in der Gruppe
mit Apothekerin und Fastenbegleiterin Anke Rüdinger

vom 2. bis 7. März 2020

Kosten: 69 Euro pro Teilnehmer

Nähere Informationen erhalten Sie in unserer Apotheke.

Wir bitten um vorherige Anmeldung!

natürlich gerne für Sie da...



Anke Rüdinger e. Kfr.
Fachapothekerin für Allgemeinpharmazie,
Naturheilkunde und Homöopathie, Ernährungsberatung
Landsberger Allee 171 · 10369 Berlin
Tel. (030) 97 60 33 31 · Fax (030) 97 60 33 32
info@castelloapotheke.de · www.castelloapotheke.de

Öffnungszeiten:
Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr
Sa. 8.00 - 14.00 Uhr

Sie finden uns auch auf Facebook

NATÜRLICH

Das tut meiner Gesundheit einfach gut

**NEU:
Quecksilber-
Check!**



Tromcardin® complex

Ist eine bilanzierte Diät mit Kalium, Magnesium, Folsäure, Vitamin B12, Niacin und Coenzym Q10 zum Diätmanagement von Herzerkrankungen, insbesondere Herzrhythmusstörungen. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung verwendet werden. Achten Sie auf eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge sollte nicht überschritten werden. Bitte das Produkt außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.



Inhalt: 120 Stück
Unser bisheriger Preis: 24,95 €

20% Rabatt **19,95 €**

Castello-Apotheke
Berlin

Preise gültig vom 1.2.-29.2.2020. Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgabe nur solange der Vorrat reicht und in haushaltsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten. Preisnachlässe beziehen sich auf den UVP - vom Hersteller angegebene unverbindliche Preisempfehlung oder den AVP - für den Fall der Abgabe zu Lasten der gesetzlichen Krankenkasse (KK) vom pharmazeutischen Unternehmer zum Zwecke der Abrechnung der Apotheken mit den KK gegenüber der Informationsstelle für Arzneispezialitäten GmbH (IFA) angegebener einheitlicher Produkt-Abgabepreis im Sinne des § 8 Abs. 3 S. 1, 2. HS AMG, der von der KK im Ausnahmefall der Erstattung abzüglich 5% an die Apotheke ausgezahlt wird. *Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Liebe Leserinnen und Leser,

sollte in den nächsten Tagen ein überdimensional großes rosa Kaninchen, Superman, Rotkäppchen oder ein menschengroßer Frosch auf zwei Beinen Ihren Weg kreuzen, keine Sorge: mit Ihren 5 Sinnen ist alles in bester Ordnung. Denn: Die Narren sind wieder los und feiern vielerorts die fröhlich-bunte Karnevalszeit. Die festlichen Ursprünge gehen bereits auf die Antike zurück, auf das alte Mesopotamien vor ca. 5000 Jahren. Herrscher und einfache Arbeiter vergnügten sich damals nach dem „Gleichheitsprinzip“ zu „Fasching“ gemeinsam.

Nach dem ausgelassenen Feiern startet traditionell die Fastenzeit, die sich stets von Aschermittwoch bis Ostersonntag erstreckt. Nach all dem Trubel ein idealer Zeitpunkt, um sich etwas Gutes zu tun oder dem ein oder anderen ungesunden Laster abzuschwören. Wie wäre es zum Beispiel mit einer spagyrischen Ausleitungskur, die den Organismus sanft von innen von Stoffwechselschlacken befreit? Oder wollten Sie schon immer mal eine Heilfastenkur austesten – dann wäre jetzt die perfekte Gelegenheit dafür. Diese und weitere Themen erwarten Sie in Ihrer neuen Ausgabe NATÜRLICH. Ihre persönliche Gesundheits-Kur besprechen wir am besten im persönlichen Gespräch – direkt bei uns in der Apotheke.

Viel Spaß beim Lesen und herzliche Grüße



natürllich-Apothekerin
Anke Rüdinger,
Castello-Apotheke, Berlin

Nervennahrung für gesunden Schlaf

Schwierigkeiten beim Ein- oder Durchschlafen, Müdigkeit mitten am Tag und eine geringe Belastbarkeit sind vielen Menschen bekannt. Neben organischen Erkrankungen, Dauerstress oder psychischen Belastungen kann ein chronischer Mangelzustand in der Magnesium-Versorgung verantwortlich sein.

Magnesium – kurz Mg – ist das Super-Mineral schlechthin und an zahlreichen Körperfunktionen maßgeblich beteiligt! So beeinflusst Mg unter anderem die Funktion von Muskel- und Nervenzellen sowie das Herzkreislauf-System. Schauen wir genauer hin: Magnesium wirkt unter anderem auf bestimmte Botenstoffe, sogenannte Neurotransmitter (hier die Gamma Amino Buttersäure GABA), die wiederum elektrische Reize zwischen den Nerven übertragen und für eine gute Schlaf-Qualität sorgen. Ebenfalls wichtig für dauerhaft guten Schlaf ist das Hormon Melatonin. Dessen Vorstufe – das Serotonin – entsteht u.a. durch Umwandlung der essentiellen Aminosäure L-Tryptophan. Auch bei diesem Ablauf hat Magnesium seine Finger im Spiel. Kurz gesagt – die muskelentspannende Wirkung und der Mg-Einfluss auf diverse Hormone hilft uns, ins Land der Träume zu gleiten, ein Mangel wiederum kann Ursache für Schlafstörungen sein. **natürllich-Tipp:** Achten Sie auf eine ausgewogene magnesiumreiche Ernährung mit Nüssen, Haferflocken, Vollkornprodukten und Bananen. Wer es mit der Nahrung nicht schafft, sollte seinen Bedarf über die individuelle Ergänzung mit der optimalen Magnesium-Dosis decken.



natürllich gesund durch Fasten

Frische-Kur für den Organismus



Ob Stoffwechsel-Endprodukte, schädliche Umweltgifte oder Zusatzstoffe aus Fertignahrung – der menschliche Körper ist permanent einer Vielzahl an Stoffen ausgesetzt, die er unschädlich machen und entsorgen muss. Die meiste Arbeit für diese Entgiftungsprozesse hat die Leber. Unterstützung bekommt sie dabei vom Lymphsystem, von den Nieren und ableitenden Harnwegen sowie der Haut.

Ausflug in die Geschichte

Als schulmedizinische Basis für die Entstehung von Krankheiten gilt seit über 150 Jahren die Zellulärpathologie nach Rudolf Virchow. Demnach ist ein gestörtes Geschehen innerhalb der Zelle Ursache für das Krankheitsgeschehen. Soweit, so gut, jedoch hat diese Theorie einen entscheidenden Haken, finden doch äußerste wichtige Einflussfaktoren kein Gehör. Die Regulationspharmazie* macht das anders und weitet den Blick. Organzellen liegen im Körper nicht isoliert vor, sondern

als Zellverbände, die wiederum von einem Milieu, dem sogenannten Grundgewebe (= Zwischenzellgewebe oder extrazelluläre Matrix), umgeben sind. In diesem Raum finden bedeutende biochemische Prozesse statt, wie der Stoff- oder Informationsaustausch zwischen den Zellen oder die „Abfallentsorgung“ von Stoffwechselprodukten.

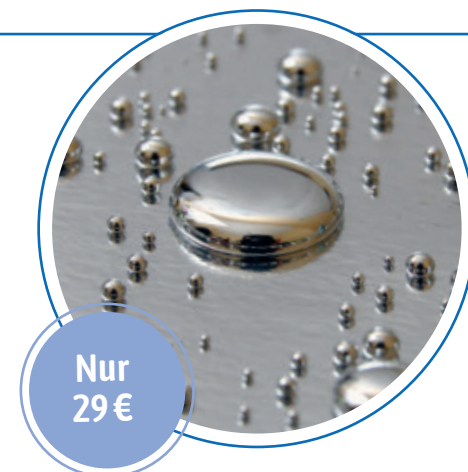
Stoffwechsel-Entrümpelung

Konservierungsstoffe, Farbstoffe oder Pestizide in der Nahrung, Weichmacher in Trinkflaschen und Co., Feinstaub aus der Luft, Chemikalien aus Hautpflege- oder Reinigungsmitteln – die Liste lässt sich leider beliebig fortsetzen. Bis zu einem gewissen Grad kommt unser Körper mit diesen „Störenfrieden“ ohne fremde Hilfe klar. Wird es irgendwann zu viel und das berühmte „Fass“ läuft über, entstehen sogenannte „Schlacken“, also Stoffwechsel-Endprodukte, die sich im Raum zwischen unseren Zellen ablagern und damit wichtige Abläufe (z.B. Aufnahme von Nährstoffen, Leberentgiftung, Verdauung) erheblich beeinflussen. Die Leistungsfähigkeit stoffwechselaktiver Enzyme kann in Mitleidenschaft gezogen werden, Organzellen werden beeinträchtigt und Empfindlichkeitsstörungen sind die Folge. Die Regulationspharmazie* bietet dafür sehr gut untersuchte Lösungen! Ausleitende Verfahren kurbeln zahlreiche Stoffwechselaktivitäten gezielt an. Pflanzliche Helfer regen zusätzlich an und stärken die Darmgesundheit. Dazu zählen Bitterstoffe aus Löwenzahnwurzel oder Enzian, Bärlapp, Braunwurz, Brennnessel oder Goldrute.

AKTION!

Jetzt Quecksilber-Check machen!

Ob Amalgamfüllungen, Meeresfische oder industrielle Prozesse – das toxische Schwermetall ist weit verbreitet. Für Mensch und Tier ist Quecksilber hochgiftig, kann sich im zentralen Nervensystem anreichern und ernste Nerven- und Nierenschäden verursachen. Müdigkeit, Kraftlosigkeit, Schmerzen oder Zittern zählen zu den gesundheitlichen Folgen. Lassen Sie Ihren Status jetzt bestimmen.



Nur 29€

SymbiolIntest®: Futter für gute Darmbakterien

Ballaststoffe kann das menschliche Enzymsystem nicht aufspalten und kalorisch verwerten. Sie regen aber die Verdauung an, wirken Verstopfungen entgegen und ernähren nützliche Bakterien der Darmflora. Die Bakterien produzieren aus den Ballaststoffen kurzkettige Fettsäuren, die die Zellen des Darmgewebes aufnehmen. Besonders wichtig ist die Buttersäure – der Hauptnährstoff der Darmschleimhaut. Sie wirkt entzündungshemmend und sorgt für einen gesunden Darm. Das Nahrungsergänzungsmittel SymbiolIntest® enthält 5 Gramm des löslichen Ballaststoffes resistente Stärke Typ 3, der viel Buttersäure im Darm ergibt. Das unterstützt die Zellen der Darmschleimhaut und fördert die Verdauung. Zusätzlich enthält SymbiolIntest® das Vitamin Biotin, das zur Aufrechterhaltung einer normalen Darmschleimhaut dient.



Dekristolvit® D3 – mit Vitamin D wohlfühlen auch wenn die Sonne nicht scheint

Warum geht es uns gut, wenn die Sonne scheint? Unter anderem deshalb, weil unser Körper dann in der Lage ist, ausreichend Vitamin D herzustellen. Für eine ausreichende Versorgung ist genügend Sonnenlicht notwendig. Dies ist besonders im Winter schwer zu erreichen. Etwa 2/3 der Bevölkerung gelingt es nicht ausreichend wirksames Vitamin D zu bilden. Erste Anzeichen eines Vitamin D-Mangels können Müdigkeit, erhöhte Infektanfälligkeit sowie Muskelschwäche sein, da Vitamin D zu einer normalen Funktion des Immunsystems, der Erhaltung normaler Knochen und normaler Muskelfunktion beiträgt. Dekristolvit® D3 ist hochdosiert, vegetarisch sowie frei von Lactose, Gluten, Gelatine und Fructose.



Wobenzym® – bei wiederkehrenden Gelenkbeschwerden

Die hochwirksame Enzymkombination

- + aktiviert den Heilungsprozess
- + bekämpft die Schmerzsache: die Entzündung
- + langfristig gut verträglich

Wobenzym® magensaftresistente Tablette. Anwendungsgebiete: Zur unterstützenden Behandlung von Erwachsenen bei Schwellungen, Entzündungen oder Schmerzen als Folge von Verletzungen, oberflächlicher Venenentzündung, Entzündung des Harn- und Geschlechtsstrakts; schmerzhafter und aktivierter Arthrose und Weichteilrheumatismus (Erkrankungsbild mit Beschwerden im Bereich von Muskeln, Sehnen, Bändern). Enthält Laktose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: Juni 2017. Mucos Pharma GmbH & Co. KG, Mirastr. 17, 13509 Berlin.



Natürliche Ausleitung von Schadstoffen

Das PHÖNIX® Ausleitungskonzept besteht aus vier spagyrischen Arzneimitteln, die nach einem festen Schema eingenommen werden. Tipp: Während der Ausleitung möglichst auf Genussmittel und Produkte mit übermäßigem Zuckeranteil verzichten und achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Eine ausgeglichene Lebensweise unterstützt zudem die körpereigene Regulationsfähigkeit. Mehr Infos in Ihrer natürllich-Apotheke!



PHÖNIX Silybum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 30 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223702), 100ml (PZN 4223719). PHÖNIX Solidago spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 25 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223725), 100ml (PZN 4223731). PHÖNIX Urtica-Arsenicum spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 28 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223949), 100ml (PZN 4223955). PHÖNIX Thuja-Lachesis spag. Homöopathisches Arzneimittel. Enthält 32 Vol.-% Alkohol. Packungsgrößen: 50ml (PZN 4223837), 100ml (PZN 4223895). Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilagen und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Gutschein

10%
Rabatt

Dieser Gutschein ist gültig von
1.-29. Februar 2020

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

10%
Rabatt

Dieser Gutschein ist gültig von
1.-29. Februar 2020

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

10%
Rabatt

Dieser Gutschein ist gültig von
1.-29. Februar 2020

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

Gutschein

15%
Rabatt

Dieser Gutschein ist gültig von
1.-29. Februar 2020

*Rabatt-Informationen: siehe Rückseite