



Gesund Reisen

So können Sie Ihren Urlaub genießen!

SONNENSCHUTZ GESUNDE VENEN
DAS GEHÖRT IN IHRE REISEAPOTHEKE

ALTE APOTHEKE

■ ■ ■ *125 Jahre Vertrauen*

IHR PERSÖNLICHES SONNENKAPITAL

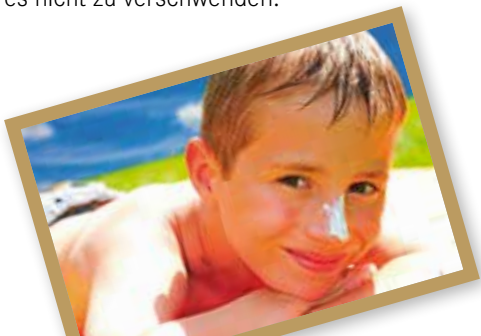
Jeder Mensch hat von Geburt an ein **Sonnenkapital**. Das ist die **Gesamtmenge an Sonnenstrahlen, die die Haut im Laufe des Lebens verträgt, bevor sie ernsthaft geschädigt wird.**

Die **UV-Strahlung** der Sonne beschleunigt die **Hautalterung** und kann auch die Erbsubstanz der Hautzellen so verändern, dass selbst nach längerer Zeit ein **Hauttumor** entstehen kann. Jeder ungeschützte Aufenthalt in der Sonne verringert also das Sonnenkapital. Die Höhe Ihres persönlichen Sonnenkapitals hängt von Ihrem genetischen Typ ab. Dabei gilt: Menschen mit **hellerer Haut** haben viel weniger Sonnenkapital als Menschen mit **dunklerer Haut**.

Jeder Hauttyp sollte darauf achten, sorgsam mit seinem Sonnenkapital umzugehen und es nicht zu verschwenden.



Textilien sind der beste **Schutz** gegen die Sonne. Ausgestattet mit **Hut, Hose, Hemd** und einer Sonnencreme mit **hohem Lichtschutzfaktor** können Sie Ihren Urlaub genießen. Wasserratten sollten darauf achten, dass auch **wasserfeste Sonnenmilch** nicht auf Dauer hält. Wer sich nach dem Planschen wieder mit reichlich Sonnencreme eincremt, beugt einem Sonnenbrand vor.



SONNENSCHUTZ HAT VIELE GESICHTER

DAYLONG

Kids 50 LSF

150 ml 23,45 **17,45**

Extreme 50+LSF

100 ml 21,50 **18,45**

Ultra Stick 25 LSF

15 ml 9,50 **7,25**

After Sun, kühlendes Gel

200 ml 14,50 **10,95**



SUN TO SEE

UV

12 Stück 4,45 **2,25**

CALCIUM SANDOZ

Sun

20 Bta. 6,95 **4,90**

Den ganzen Tag faul in der Sonne zu liegen ist, auch wenn Sie gut geschützt sind, nicht empfehlenswert. Halten Sie Siesta! Von 11 bis 15 Uhr brennt die Sonne am stärksten, für Sie also die optimale Zeit, um sich im **Schatten** aufs Ohr zu hauen. Besonders in den ersten Tagen Ihres Urlaubs sollten Sie sich nur langsam in die Sonne vortasten. **Kosmetika** wie Make-up und Parfum können zu bleibenden Hautverfärbungen führen. Ätherische Öle, zum Beispiel Zitronen- und Lavendelöl, können schon bei geringer UV-Strahlung eine sonnenbrandähnliche Reaktion auslösen. Achten Sie auch bei Ihren **Medikamenten** auf deren Nebenwirkungen in der Sonne. Eine erhöhte Lichtempfindlichkeit verursachen beispielsweise Antibiotika und Johanniskraut.



MIT UNS FLIEGEN IHRE BEINE 1. KLASSE



Reise-Thrombose vermeiden: Bewegung und Trinken hilft!

Laut einer Studie der WHO können starkes Übergewicht oder die Einnahme der Antibabypille das Risiko einer Thrombose durch eine Flugreise um das 100-fache des Normalen erhöhen. Auch Raucher sind sehr gefährdet. Selbst ohne besondere Risikofaktoren steigt bei langen Flugreisen das Risiko einer Thrombose in den Beinen.

ANTISTAX

Frischegel

125 ml 11,70 **9,25**

Venentabletten

30 Tabletten 17,90 **15,95**

Venencreme

100 g 15,70 **11,95**



VENENMESSAKTION vom 02.07. bis 06.07.2012

Reservieren Sie Ihren persönlichen Termin für eine Venenfunktionsmessung. Dabei messen wir die Kraft Ihrer Venen und beraten Sie, was Sie gegebenenfalls unternehmen sollten. Nehmen Sie sich 30 Minuten Zeit für diese Messung.

REISE-THROMBOSE TIPPS ZUR VORBEUGUNG

- Buchen Sie am besten einen Sitzplatz mit viel Bewegungsfreiheit für die Beine, z.B. einen Gangplatz.
- Verstauen Sie das Handgepäck in den Gepäckvorrichtungen über Ihrem Sitz.
- Stellen Sie mindestens einmal pro Stunde Ihre Rückenlehne zurück und strecken Sie sich ausgiebig. Noch besser ist, Sie stehen hin und wieder auf und gehen ein wenig auf und ab.
- Übergewichtige, Schwangere oder Menschen mit einem bereits bekannten Venenleiden sollten zur Vorbeugung Kompressionsstrümpfe tragen.

- Trinken Sie ausreichend Wasser und verdünnte Fruchtsäfte. Verzichten Sie auf koffeinhaltige Getränke und Alkohol, da sie dem Körper Flüssigkeit entziehen.

BELSANA

Glamour 280den Kniestrümpfe

2 Stück 22,35 **17,95**

Sportkniestrumpf

2 Stück 22,35 **17,95**

Sommer Edition Kniestrumpf

2 Stück 20,95 **17,95**



ALTE APOTHEKE

125 Jahre Vertrauen

Aktionsdauer der Preisangebote
01.06.2012 bis 31.08.2012

Solange der Vorrat reicht.
Änderungen und Irrtum vorbehalten.
Alle Preisangaben in Euro.

Stuttgarter Straße 51
70469 Stuttgart
Telefon: 0711 / 54 08 550
info@aa-s.de · www.aa-s.de