



## LAUE FRÜHSOMMERABENDE GENIESSEN IM JUNI

Liebe Kundinnen und Kunden!

Juni ist der Monat des Sommerbeginns. Die Tage werden länger, das Thermometer steigt und wir freuen uns auf viele Sonnenstunden. Damit einhergehend verbringt man gerne mit Freunden oder der Familie einen gemütlichen Abend im Garten oder auf der Terrasse. Es sind die kleinen, ungeplanten Begebenheiten des Alltags, die das Leben bereichern: ein spontaner Grillabend, eine Partie Ballspielen mit den Kindern oder eine Laufrunde mit Freunden durch den Wald. Bei Bewegung im Freien kommen wir bei den sommerlichen Temperaturen noch mehr ins Schwitzen und verlieren dadurch Elektrolyte. Auch ein lauer Sommerabend bei einem Gläschen Wein kann zu einem zu hohen Elektrolytverlust führen, wenn es ein Gläschen zu viel wird. Wie Sie Ihren Elektrolytspeicher wieder auffüllen können, erfahren Sie in unserem Tipp des Monats. In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen angenehmen Juni, mit viel Bewegung, lauschten Sommerabenden und schönen Momenten mit Ihren Liebsten!

Ihr Mag.pharm. Dr. Oliver Donath und das Team der Apotheke Auhof

### TIPP DES MONATS AUS DER APOTHEKE: WAS TUN BEI VERLUST VON ELEKTROLYTEN?

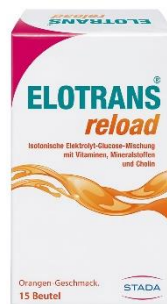
Elektrolyte sind lebensnotwendige Mineralstoffe, die verschiedene Aufgaben im menschlichen Körper erfüllen. Zu den wichtigsten Elektrolyten zählen Magnesium, Natrium, Kalium, Calcium und Chlorid. Wenn eines oder mehrere dieser Elektrolyte dem Körper fehlen, kann das verschiedene Ursachen haben: Starkes Schwitzen nach intensiven Sporteinheiten, Durchfallerkrankungen, aller Art, aber auch vermehrter Konsum von Alkohol, der eine entwässernde Wirkung besitzt und wichtige Elektrolyte ausschwemmt. Dafür gibt es jetzt eine gute Lösung, um schnell wieder auf die Beine zu kommen: **ELOTRANS® reload**. ELOTRANS® reload ist eine isotonische Elektrolyt-Glucose-Mischung mit Vitaminen, Mineralstoffen und Cholin. Es füllt den Elektrolytspeicher wieder auf und trägt durch Vitamin B2 und B5 zur Verringerung von Müdigkeit und zum normalen Energiestoffwechsel bei. Dadurch kann man wieder erholt und fit in den Tag starten. Da man sich auf so mancher Reise ungeliebte Magen-Darm-Erkrankungen holen kann, empfehlen wir Elotrans® reload auch für die Reiseapotheke.

### PFLANZE DES MONATS WALNUSS (JUGLANS REGIA):

Bei der Walnuss denkt man hauptsächlich an die wohlschmeckenden Nusskerne, die aus der Mehlspeisenküche kaum wegzudenken sind. Aber es sind die Blätter, die in der Phytotherapie Einsatz finden. Diese wirken einen hohen Gerbstoffgehalt, weshalb sie sich gut für Umschläge, Bäder oder Spülungen bei Hautleiden aller Art eignen. Weiters haben sie eine entzündungshemmende Wirkung. Sie werden auch gerne bei übermäßiger Schweißbildung eingesetzt, etwa für ein entspannendes Fußbad. Weitere Informationen zu Wirkungen und Nebenwirkungen erhalten Sie bei uns in der Apotheke



**PRODUKT  
DES MONATS  
IM JUNI  
– 20 %**



### ELOTRANS® RELOAD

- ✓ Enthält Kalium, Chlorid, Magnesium, Natrium, Cholin und Glucose, mit Vitamin B2 und B5
- ✓ Gleicht den Elektrolythaushalt aus
- ✓ Vegan, gluten- und laktosefrei, frei von Konservierungsstoffen
- ✓ Fruchtiger Orangen-Geschmack

Apotheke Auhof KG

Altenberger Straße 40, 4040 Linz, ☎ 0732/75 70 17 📠 0732/75 02 23

✉ office@apotheke-auhof.at, 🌐 www.apotheke-auhof.at

Öffnungszeiten: Mo – Fr: 8:00 – 18:00 (durchgehend geöffnet), Samstag: 8:00 – 12:00