



PurpurNews

ZEITSCHRIFT FÜR MENSCHEN MIT GESUNDER LEBENSEINSTELLUNG



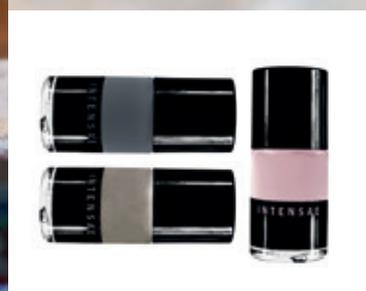
ausatmen

einatmen

3 ASTHMA WEGATMEN
So bleiben wir gelassen
und können angstfrei
durchatmen



8 FIT DURCH DEN HERBST
Welche gesunden
Begleiter uns jetzt
Wohlbefinden schenken



15 VEGANER NAGELLACK
„Intense“ – gesunde
Farben für strahlend
schöne Nägel



„Volle Kraft voraus!
Legen wir unsere
Flügel an, um sie
prächtig auszubreiten.“

*In Anlehnung an einen Songtext
der Söhne Mannheims*

Der Sommer geht zu Ende und ich hoffe, Sie konnten wie wir viel Energie tanken und mit voller Kraft und Tatendrang in den Herbst starten. Der Urlaub lässt uns mit schönen Erinnerungen zurück, der Alltag hat uns wieder.

Jetzt ist Zeit für Neues: neue Projekte, Ziele, Ideen und Vorhaben. Bejahen wir das Leben in all seiner Fülle. Beschreiten wir beherzt den Weg zu unseren Zielen. Unsere Motivation, die Fähigkeit, persönliche Anliegen zu verfolgen und Ziele zu erreichen, beflügelt uns dabei.

DEM HERZEN FOLGEN UND DEN EIGENEN WEG GEHEN

Vergessen wir aber dabei nicht, auf unser Herz zu hören. Fragen wir uns immer wieder zwischendurch, ob der Weg, den wir eingeschlagen haben, noch zu unserem Inneren passt. Wir sehen uns oft versucht, weit im Voraus zu planen. Das ist verständlich, denn wir erzeugen für uns das Gefühl von Sicherheit. Doch dann kommt es meist anders, als wir denken. Erkennen und nutzen wir das, was



Wir haben uns über den Sommer gut erholt und sind mit voller Kraft und gut gelaunt für unsere Kunden da. Wir freuen uns auf Sie!

uns begegnet – auch Hindernisse – als Chance, denn sie fordern uns auf, genau hinzusehen, zu spüren, ob etwas verändert werden sollte, und achtsam zu sein. Wenn wir Erkenntnisse und Kraft aus diesen Begegnungen schöpfen und für unseren Weg nützen, dann haben wir auch auf unser Herz gehört.

Wege entstehen, indem sie beschrritten werden. Behalten wir uns die Neugierde und Freude am Unbekannten und begrüßen die Veränderung in unserem Leben – volle Kraft voraus – verleihen wir unseren Ideen mutig Flügel.

Viel Energie und Freude bei der Verwirklichung Ihrer Vorhaben.

Herzlichst, *Mag. Dina Hotter-Rahman*
und das *Purpur-Team*

Die nächste Ausgabe erscheint im November 2015.



TEM-Herbst-Such-Gewinnspiel

Knacken Sie das Lösungswort unseres TEM-Such-Gewinnspiels.

Die ersten 300 Teilnehmer erwarten je ein **BronchiPUR-Hustensaft** in Probierrgröße. Alle richtig ausgefüllten Gewinnkarten nehmen an der Verlosung der drei Hauptgewinne teil:

- 1. PREIS: Kennenlern-Paket Dr. Alkaitis Naturkosmetik**
im Wert von € 115,-
- 2. PREIS: Magnesium-Set (Flakes, Öl & Kapseln)** im Wert von € 47,-
- 3. PREIS: Schmuckschatulle mit Inhalt von sia Home Fashion**
im Wert von € 39,-

Vor- und Zuname, Titel

Telefonnummer

Straße, Hausnummer, PLZ, Ort

E-Mail-Adresse

Und so funktioniert's: Wir haben in der Zeitschrift Zinnkraut-Zeichnungen mit jenen Buchstaben versteckt, die dem Lösungswort unten fehlen. Finden und schreiben Sie diese in der richtigen Reihenfolge in die leeren Felder. Füllen Sie bitte auch den Teilnahmechein vollständig und leserlich aus. Sie können Ihre ausgeschnittene Gewinnkarte in der Apotheke abgeben oder in einem frankierten Kuvert senden an: Purpur Apotheke, Radegunderstraße 47, 8045 Graz. Oder Sie mailen die Lösung einfach an apotheke@purpurapotheke.at. Einsendeschluss ist der 2. Oktober 2015.

Mit der Teilnahme am Gewinnspiel stimme ich der Veröffentlichung meines Namens in der Kundenzeitschrift und auf der Website der Purpur Apotheke zu.

Aus ihr können wir neue Energien schöpfen – für Körper, Geist & Seele:

R					U	L	
---	--	--	--	--	---	---	--

Ihre Daten werden vertraulich behandelt und nicht an Dritte weitergegeben. Die Gewinner werden schriftlich und telefonisch verständigt. Die Verlosung findet unter Ausschluss der Öffentlichkeit und des Rechtsweges statt. Gewinne können nicht in bar eingelöst werden. Pro Person ist nur eine Gewinnkarte gültig.

ansatmen
ansatmen ansatmen
ansatmen
ansatmen

einatmen
einatmen
einatmen einatmen

Asthma: Angst wegatmen

Bei einem Anfall gelassen bleiben zu können, steigert unsere Lebensqualität.

Asthma ist relativ häufig, rund 7% der Österreicher sind betroffen, darunter doppelt so viele Kinder wie Erwachsene. Die entzündliche Erkrankung der Atemwege tritt oft vor dem 10. Lebensjahr auf, heilt aber mitunter in der Pubertät aus. Dennoch kann es zu Rückfällen kommen. Bei allen Asthmaformen spielen seelische Einflüsse eine Rolle, weswegen eine

ganzheitliche Behandlung ratsam ist. Zu Atemnot, Husten und Verschleimung der Atemwege kommt auch noch Angst, denn ein akuter Asthmaanfall wird als existenzielle Bedrohung wahrgenommen. Vom Arzt verschriebene Medikamente sollten daher stets greifbar sein, neben dem Üben ihrer Anwendung und Dosierung können wir uns auch mental vorbereiten.

WICHTIG: RUHE BEWAHREN

Wird Entspannung täglich durch mentales Training geübt, kann sie bei einem Anfall wie ein Reflex angewandt werden. Generell erleichtert eine aufrechte Körperhaltung das Atmen. Während Husten besser vermieden wird, sorgen Atemübungen für Linderung. *



ATEMFREI.PUR-SPRAY

Hilft gegen das Engegefühl und lässt frei durchatmen. Die Kombination verschiedener Heilpflanzen beruhigt auf natürliche Weise die Atemwege. Dabei löst Stiefmütterchen den Schleim und lindert den Hustenreiz. Johannisbeere wirkt abschwellend und vertreibt so das Gefühl der Enge. Hochwirksame spagyrische Pflanzensensenzen, u. a. vom beruhigenden Eibisch, hemmen Entzündungen.



30 ml: € 12,90

Promotion *



BRONCHOSTOP®

BRONCHOSTOP® Thymian Hustenpastillen – das beliebte, rein pflanzliche Arzneimittel löst festsitzenden Schleim, fördert das Abhusten und beruhigt so den quälenden Husten. Die Hustenpastillen sind ideal für unterwegs. www.bronchostop.at

Traditionell pflanzliches Arzneimittel, dessen Anwendung bei Erkältungshusten ausschließlich auf langjährige Verwendung beruht. BRO-0129_1506

TIPP TEM SPITZWEGERICH-TEE

Als „Meister der Lunge“ ist Spitzwegerich für seine schleimlösende, hustenreizstillende, bakterien- und entzündungshemmende Wirkung bekannt. Befreit von den „inneren Eisenringen“ können wir wieder durchatmen. Die Organe werden besser mit Energie versorgt, wodurch auch die Stimmung steigt. Wir sind fröhlicher und bereit für Neues.



von Bernadette Reitingner, in Ausbildung



Aufrichtender Schachtelhalm

Wie das Steinzeit-Kraut unsere inneren Strukturen flexibel hält und stärkt.

PFLANZENSTECKBRIEF

SCHACHTELHALM (*Equisetum arvense*)



Wuchsform:

aufrechte, ausdauernde Pflanze

Synonyme: Ackerschachtelhalm, Zinnkraut, Bandwisch, Katzenschwanz

Herkunft: nördliche Hemisphäre

Pflanzenfamilie: Schachtelhalmgewächse (Equisetaceae)

Verwendete Pflanzenteile: Kraut

Anwendungsbereiche:

bei Nierenleiden und Harngrieß, Rheuma und Gicht, Blasenentzündung und Unterleibsbeschwerden, Wunden, Bindegewebsschwäche

Unser heutiger Schachtelhalm wächst schon sehr lange auf der Erde. Vor rund 400 Millionen Jahren waren seine bis zu 30 Meter hohen Vorfahren, die Kalamiten, wichtiger Bestandteil der Steinkohlewälder. Auch wenn der Schachtelhalm heute nur noch rund 50 cm hoch wird, sein Bauplan hat sich nicht wesentlich verändert. Als „lebendes Fossil“ weist er nach wie vor eine interessante Signatur auf – er sieht aus wie ein kleines Bäumchen. Seine klare Gliederung und Struktur erinnert zudem an ein pflanzliches Ebenbild unserer Wirbelsäule. Wie sie vereint er Flexibilität und Festigkeit und vermag es, sich immer wieder aufzurichten. Neben schwach harntreibenden, entschlackenden, blutstillenden und den Hautstoffwechsel anregenden Eigenschaften wirkt er zusätzlich positiv auf den Geist. Mit seiner Hilfe weichen verhärtete, festgefahrene Lebensgewohnheiten einer dynamischen, beschützenden Struktur. Dabei ist die Wirkung auf Körper und Geist eng verknüpft: Der Schachtelhalm stärkt das Bindegewebe, welches das Nervensystem umhüllt. Die Wirbelsäule wird durch diese Unter-

stützung stark und beweglich, das Bändersystem gewinnt an flexibler Spannkraft. Dadurch nimmt der Druck auf die einzelnen Nerven, das Rückenmark und das Großhirn ab. Wir spüren diesen nachlassenden Druck, entwickeln weniger Ängste und fühlen uns sicher und geborgen. Generell lässt sich sagen: Schachtelhalm löst auf, was sich angestaut hat. So hilft er beispielsweise auch gegen Wasseransammlungen nach langem Stehen oder nach Verletzungen.

ENTSCHLACKENDE KIESELSÄURE

Von März bis April sprießt der Schachtelhalm auf Äckern und feuchten Wiesenrändern, als Heilpflanze werden allerdings die unfruchtbaren Sommerwedel verwendet. Kosten wir den Schachtelhalm, entfaltet sich sein milder, ein wenig salziger Geschmack. Und wir hören es knirschen! Grund dafür ist der hohe Anteil an Kieselsäure. Diese Sauerstoffsäure des Siliziums ist besonders wichtig für den Aufbau von Bindegewebe, Sehnen, Bändern, Knochen und Zähnen sowie für gesunde Haut,



Haare und Nägel. Auch eine reinigende Wirkung ist ihr zuzuschreiben, weshalb mit dem kieselsäurereichen „Zinnkraut“, wie der Schachtelhalm auch genannt wird, früher das Zinngeschirr gesäubert wurde. Als Aquaretikum, also eine für Durchspülungstherapien geeignete Heilpflanze, transportiert der leicht bittere Schachtelhalm feste und flüssige Schlackenstoffe aus dem Zellzwi-

Zinnkraut reinigt und heilt innere und äußere Gebrechen des menschlichen Körpers.

Sebastian Kneipp

schraum ab und fördert die Bildung neuer Säfte. Im Gewebe kommt es zu einem Ausgleich des Wasserhaushaltes. Der Schachtelhalm kann daher gut zur Entschlackung bei Rheuma, Gicht und Nervenschmerzen eingesetzt werden. Bei chronischer Blasenentzündung, Reizblase, Harngrieß, Bettnässen und Entzündungen der ableitenden Harnwege helfen Zinnkraut-Sitzbäder und -Teekuren.

MIT ANTI-AGING-EFFEKT

Die im Zinnkraut reichlich enthaltene Kieselsäure kräftigt die Haut und das darunter liegende Gewebe, wodurch die vorzeitige Hautalterung eingedämmt werden kann. Bewährt hat sich der Schachtelhalm auch bei der Behandlung von unreiner Haut, Akne, Schuppenflechte und juckenden Hautausschlägen. Er kann zudem gegen Cellulite und zur Vorbeugung von Schwangerschaftsstreifen eingesetzt werden. Bei offenen Beinen fördert er die Wundheilung, als Tee regt er von innen den Heilungsprozess nach stumpfen Verletzungen wie Blutergüssen, Verstauchungen und Knochenbrüchen an. Da Kieselsäure die Knochenbildung unterstützt, leistet der Schachtelhalm weitere gute Dienste, wenn es darum geht, den altersbedingten Knochenabbau – die Osteoporose – zu verhindern.

Regelmäßige Schachtelhalm-Kuren zur Stärkung der Wirbelsäule empfehlen sich außerdem, um Bandscheibenproblemen vorzubeugen. ✿

ZINNKRAUT-TROPFEN

Aktivieren die Bildung körperlicher und geistiger Struktur. Aus frischem Kraut hergestellt, bieten die hochkonzentrierten Tropfen die vielseitige Wirkung des Schachtelhalmes in praktischer Form. Sie fördern die Wundheilung und eignen sich u. a., um alte Denkmuster aufzubrechen und die Wirbelsäule zu stärken. Auch Blasenbeschwerden können damit gut behandelt werden.



50ml: € 13,40

SCHACHTELHALM-KRAUT

Für stärkende Teekuren und heilsame Sitzbäder. Die innerlichen und äußerlichen Anwendungsbereiche des Schachtelhalmtees sind breit gefächert – von der Behandlung juckender Ekzeme und Blasenkrankungen über die Osteoporose- und Bandscheibenvorsorge bis hin zu Kompressen für ein schönes Hautbild.



100g: € 3,90

REZEPT-TIPP: ZINNKRAUT- LIMONADE



von Hermine Koleznik,
unsere Perle

*Entlastet das Bindegewebe
und stärkt die Wirbelsäule.*

6 Ackerschachtelhalme/
20g getrocknete Blätter oder Tee
1 ganze Bio-Zitrone inkl. Schale
1/4 l Apfelsaft
1 l Mineralwasser
3 EL Ahornsirup
1 EL Birkenzucker

Das Zinnkraut zusammen mit der Zitrone und einem halben Liter Wasser im Mixer zerkleinern und anschließend abseihen. Dann mit Apfelsaft und Mineralwasser aufgießen. Zum Schluss noch mit Ahornsirup und Birkenzucker süßen und gleich genießen.

Wohl bekomm's!



~~Neurodermitis~~
~~Schuppenflechte~~
~~Juckreiz~~

Silizium



Das Mineral für schöne Haut

Wieso das Spurenelement Silizium so wichtig für unsere Hautgesundheit ist.

Die wichtigsten Voraussetzungen für schöne, straffe Haut sind ein gesundes Bindegewebe und eine gute Versorgung mit Feuchtigkeit. Wasser ist schließlich ein wesentlicher Bestandteil aller Zellen! Bekommt unser Körper zu wenig Wasser, holt er es sich aus der Haut, die dadurch austrocknet, spannt und rascher zur Faltenbildung neigt. Sind wir von Neurodermitis oder Schuppenflechte betroffen, ist die Haut zusätzlich geschwächt, juckt häufig und braucht besonders viel Aufmerksamkeit. Bei Pflege und Kosmetik ist jedoch Vorsicht geboten, da beispielsweise alkoholhaltige Lotionen die Haut noch mehr austrocknen und andere chemische Produkte sie irritieren können. Basische Pflegeprodukte hingegen werden selbst von sehr sensibler Haut meist gut vertragen.

Und auch von innen können wir den Feuchtigkeitshaushalt unserer Haut positiv beeinflussen. Nämlich indem wir einerseits ausreichend trinken und andererseits genügend Mineralien und Spurenelemente zu uns nehmen. Speziell Silizium versorgt Haut und Bindegewebe ausgiebig

mit Feuchtigkeit, kann es doch selbst das 300-fache seines Gewichts an Wasser binden. Des Weiteren unterstützt Silizium den Zellaufbau, den Zellstoffwechsel sowie die Bildung der Bindegewebsfasern Kollagen und Elastin und trägt so zur gesunden Funktion des Bindegewebes bei. Doch worum handelt es sich bei Silizium eigentlich?

STARKES BINDEGEWEBE

Silizium ist nach Sauerstoff das häufigste Element auf der Erde. So kommt es als Kieselsäure – Silizium mit Wasser – in allen Ozeanen und im Regenwasser vor und ist gleichzeitiger Bestandteil vieler Gesteinsarten, von Granit, Schiefer und Sandstein bis hin zu Schmucksteinen wie Opal,

KRILL-ÖL-KAPSELN

Halten die Haut elastisch und geschmeidig – für ein frischeres Aussehen. Die Kapseln in Bio-Qualität sind extra reich an effektivem Omega 3 und bieten eine 50-fach höhere Wirkung als Fischöl. Sie unterstützen das Herz-Kreislauf-System und regulieren den Blutdruck, harmonisieren die Cholesterin- sowie Blutfettwerte und fördern die Gehirnfunktion.



**KAPSELPASS
9+1 GRATIS**

60 Stück: € 35,90

ZINK-KAPSELN

Fördern die Gesundheit von Haut, Haaren und Nägeln. Das essenzielle Spurenelement Zink wird für viele Stoffwechselprozesse benötigt. Als hochwirksames Antioxidans schützt es die Zellen und stärkt das Immunsystem. Mithilfe der Kapseln wird der Säure-Basen-Haushalt ausgeglichen und die Haut zur Regeneration angeregt.



**KAPSELPASS
9+1 GRATIS**

60 Stück: € 18,90

Bergkristall, Amethyst, Turmalin und Jaspis. Für uns Menschen ist es ein lebenswichtiges Spurenelement, denn viele Vorgänge im Organismus sind nur dank Silizium möglich. Es unterstützt das „System Mensch“ überall dort, wo feste, aber flexible Strukturen nötig sind.

Silizium hält so zum Beispiel die Blutgefäße elastisch und stärkt Bindegewebe, Haut, Sehnen und Gelenknorpel. Darüber hinaus kann es die Alterung des Gewebes verlangsamen und ist ein wichtiger Beitrag zu einem starken Immunsystem.

MANGEL AUSGLEICHEN

Wie der Name schon sagt, kommen Spurenelemente nur in Spuren im Körper vor. Wir können sie nicht selbst herstellen, sondern müssen sie regelmäßig über die Nahrung zuführen. Den Siliziumgehalt von etwa 20 mg/kg Körpergewicht halten wir, wenn wir täglich 20 bis 30 mg zu uns nehmen. Besteht ein Mangel, so äußert er sich körperlich in Hautjucken,

schlaffem Bindegewebe, stumpfem, dünnem Haar sowie brüchigen Nägeln und Knochen. Auch Schlaflosigkeit, Ohrensausen, Schwindel und Zahnfleischbluten können einen Siliziummangel anzeigen. Seelisch füh-

Fehlt Silizium im Körper, fehlen auch Struktur und Festigkeit.

len wir uns, als würde unser „inneres Gerüst“ nicht fest genug sein und immer wieder zusammenfallen. Wir sind unsicher, zaghaft und brauchen sehr viel Bestätigung. Laut Schüßler-Lehre zeigt sich ein Siliziummangel auch im Gesicht – als Falten vor dem Ohr, Krähenfüße und Ziehharmonika-Falten auf den Wangen.

Nervliche Belastungen verstärken den Mangel noch, den es dringend auszugleichen gilt. Das Schüßler Salz Nr. 11, Silicea, ist eines der drei großen Schüßler Nervenmittel und kann die Siliziumaufnahme aus der Nahrung verbessern. Natürlich angereichert ist das wertvolle Spurenelement in weißem und grünem Lehm. *

SILIZIUM-REICHE NAHRUNGSMITTEL:

- Hafer (als Kleie oder Flocken)
- Datteln
- Weizenkleie
- Bohnen
- Braunhirse
- Sultaninen
- Naturreis
- Kartoffeln
- Spinat
- Wurzelgemüse (vor allem Karotten)
- naturbelassenes Obst und Beeren

TIPP:

Je mehr Nahrungsfasern – also Ballaststoffe – ein Lebensmittel enthält, desto höher sein Siliziumgehalt!

Promotion *



SIRIDERMA® – PHASE 1

SIRIDERMA® Aufbau-Pflegecreme Intensiv: Die leicht basische Creme-Maske zur hautberuhigenden und juckreizmindernden Pflege für extrem trockene, schuppige Problemhaut, wie z.B. bei Neurodermitis/Psoriasis.

SIRIDERMA® 2-Phasen-Pflege – für Babys, Kinder und Erwachsene geeignet. 100 % vegan! Individuelle Beratung in Ihrer Apotheke. www.siriderma.de

Promotion *



SIRIDERMA® – PHASE 2

SIRIDERMA® Aufbau-Pflegecreme Basis/Plus mit essenziellen Fettsäuren hochwertiger rein pflanzlicher Öle ist leicht basisch und höchstverträglich. Zur therapiebegleitenden Pflege z. B. bei Neurodermitis oder Psoriasis.

Promotion *



SCHÜSSLER HAUTPFLEGE

Neben einer schulmedizinischen Therapie bringt die langfristige Einnahme von Schüßler Salzen und die Pflege mit Cremegel oder Salbe E/N nachhaltig wohltuende Linderung für die durch Neurodermitis bzw. Schuppenflechte geschädigte Haut. Mehr dazu im praktischen „Miniguide“ in Ihrer Apotheke. www.adler-pharma.at

Gesunde Begleiter im Herbst

GRATIS
APOTHEKERS
WASCHBALSAM
(15 ml Probierrösse)
BEIM GLEICHZEITIGEN
KAUF VON LÄUSESCHRECK-
& LÄUSESHAMPOO



1 APOTHEKERS WASCHBALSAM IN PROBIERRÖSSE



*Das Duo
gegen Läuse*



*Frei von
Mikroplastik,
Parabenen und
Silikonölen*



2 APOTHEKERS LÄUSESCHRECK- SPRAY

3 APOTHEKERS LÄUSESHAMPOO

4 APOTHEKERS WASCHBALSAM

5 APOTHEKERS KÖRPERBALSAM

1 **APOTHEKERS WASCHBALSAM IN PROBIERRÖSSE**
Ideal zur Regeneration der Haare und Kopfhaut nach einem behandelten Läusebefall – **gratis beim Kauf von Läuseschreck-Spray und Läuseshampoo, solange der Vorrat reicht.**

2 **APOTHEKERS LÄUSESCHRECK-SPRAY**
Die kraftvolle Kombination mit ätherischem Eukalyptus- und Teebaumöl sorgt auf natürliche Weise für lausfreie Kinderköpfe. Vorbeugend und im Akutfall, am besten zusammen mit dem Läuseshampoo. 100 ml € 16,90

3 **APOTHEKERS LÄUSESHAMPOO**
Gegen Kopfläuse und Nissen, zur Vorbeugung, begleitenden Behandlung und Nachbehandlung. Die Düfte der ätherischen Öle, etwa von Lavendel und Teebaum, halten die Läuse fern, ohne die Kopfhaut dabei auszutrocknen. Am wirksamsten in Kombination mit dem Läusespray. 200 ml € 14,90

4 **APOTHEKERS WASCHBALSAM**
Einer für alle: Zur milden Reinigung und Feuchtigkeitspflege für Haare, Körper und Gesicht – besonders bei trockener und empfindlicher Haut. Als Shampoo angewandt, unterstützt der Waschbalsam das gesunde Haarwachstum. 250 ml € 9,90

5 **APOTHEKERS KÖRPERBALSAM**
Feuchtigkeit und Pflege für eine samtweiche, geschmeidige Haut. Rein pflanzlich – mit den wertvollen Inhaltsstoffen von u. a. Kamille, Zitronengras und Vanille. 250 ml € 13,90

6 **LERN.PUR-TROPFEN**
Die pflanzliche Mischung mit Haferstroh und Bernstein schenkt mehr Freude am Lernen und einen klaren Kopf. 50 ml € 17,90

7 **MILZFEUER.PUR-TROPFEN**
Bei wiederkehrenden Infekten und chronischer Verschleimung. Die Milz, eine Schlüsselstelle unseres Immunsystems, wird durch die Tropfen angeregt und gestärkt. 50 ml € 19,90

8 **STERNANIS-KAPSELN**
Die enthaltene Shikimisäure verhindert die Ausbreitung von Viren im Körper – wichtig z. B. bei Erkältungen und grippalen Infekten. 60 Stück € 19,90

9 **THYMIAN-CISTUS-SIRUP**
Diese Pflanzenkombination bekämpft Bakterien, Viren und Pilze, stimuliert das Immunsystem, stärkt die Schleimhäute und hält sie feucht. 200 ml € 16,90



Mein Immunsystem ist stark und schützt mich.

7 MILZFEUER.PUR-TROPFEN



Die Immun-Booster



9 THYMIAN-CISTUS-SIRUP



Guter Schulbeginn

6 LERN.PUR-TROPFEN



8 STERNANIS-KAPSELN

**KAPSELPASS
9+1 GRATIS**

Promotion *



IMMUN44®

Im Herbst sind wir für Erkältungen anfälliger. Einzel-Vitamine stärken das Immunsystem jedoch nicht – nur das ausgewogene Zusammenspiel vieler Mikronährstoffe kann den Körper vor Schnupfen & Co schützen. Zur Stärkung des Immunsystems wird eine komplexe Formel namens Immun44® empfohlen. www.immun44.at

Promotion *



THERMOSCAN® 7

Eine Temperatur, die bei einem Vierjährigen normal ist, kann bei einem Neugeborenen Fieber bedeuten. Das ThermoScan® 7 mit Age Precision™ interpretiert zuverlässig die Temperatur Ihres Kindes – und ist das von Ärzten am häufigsten verwendete und empfohlene Fieberthermometer. www.brauntherms.com/de

Promotion *



MEXA-VIT C

Der Erkältungs-Klassiker mit dem bewährten Wirkstoff Paracetamol und Vitamin C ist aufgrund der guten Magenverträglichkeit das geeignete Mittel bei Erkältungskrankheiten und grippalen Infekten. Mexa-Vit C kann als Heiß- oder Kaltgetränk eingenommen werden. Bereits für Kinder ab dem 6. Lebensjahr geeignet. www.ratiopharm.at



Vom Mädchen zur Frau

Was Frau über die Periode und die gängigen Verhütungsmittel wissen sollte.

Die erste Regelblutung ist ein großes Ereignis im Leben eines jungen Mädchens. Als Mutter heißt es da, behutsam vorzugehen und einen entspannten Umgang mit dem Thema vorzuleben. Schließlich passiert im Körper etwas ganz Besonderes, das einst sogar im Einklang mit den Mondphasen stattfand.

Jede Mondblutung reinigt und ist eine Chance für innere Heilung.

In der Antike feierten die Frauen bei Vollmond – zur Zeit des Eisprungs – Fruchtbarkeitsfeste im Namen von Aphrodite. Bei Neumond setzte dann die reinigende Blutung ein. In vielen alten Kulturen wurde auch die erste Periode – die Menarche, griechisch für „Monat“ und „Anfang“ – freudig begrüßt und der Eintritt in die fruchtbare Lebensphase als Fest gefeiert. Durch dieses Einweihungsritual war die Einstellung zur Menstruation von vornherein positiv und die damit verbundenen Beschwerden geringer. Früher zogen sich die Frauen an den sogenannten Tagen oftmals

zurück. Heute hält uns unsere Menstruation dank moderner Hygieneartikel von keiner Aktivität mehr ab. Dadurch nehmen wir sie aber auch weniger bewusst wahr. Wir sollten uns wieder darauf besinnen, dass die Blutung für unseren Körper ein Segen ist, weil sie uns Monat für Monat reinigt und entgiftet. Wie im Buch „Der Weg der Kaiserin“ beschrieben, können wir aus ihr zudem auch Kraft schöpfen. Kostbare Kräuterelixiere, die in Tropfenform einfach unterwegs eingenommen werden können, unterstützen uns dabei.

ALCHEMILLA BRINGT LINDERUNG

Menstruationsbeschwerden lassen sich wirkungsvoll mithilfe von Venuspflanzen lindern. Die Venus ist eine gelassene, genussfreudige und lebensfrohe Göttin – die ihr zugeordneten Pflanzen vermitteln uns dieselben Gefühle. Die wohl wichtigste venusische Heilpflanze ist Alchemilla, der Frauenmantel.

Als würden wir uns einen schützenden Mantel umlegen, lässt uns Alchemilla

die kritischen Tage vor der Regel viel entspannter erleben, denn er harmonisiert das hormonelle Gleichgewicht. Ob Regelkrämpfe oder tagelange Schmierblutungen: Alchemilla hilft. Sie wirkt ausgleichend und reguliert zu starke, zu häufige ebenso wie zu seltene, zu schwache Blutungen. Dabei lässt sie das Blut aber – anders als Mönchspfeffer – nicht versiegen.

TIPP TEM PFLANZENMISCHUNG

Die Basispflanzen für junge Frauen sorgen für eine harmonische Periode: Der Klassiker unter den Frauenheilkräutern – Frauenmantel – reguliert den Zyklus, während die einhüllende Heckenrose das Herz öffnet und Kopfschmerzen lindert. Entspannende, schmerzstillende Himbeersprossen helfen rasch gegen Bauchkrämpfe und Brustspannen.



von Mag. pharm. Barbara Kriechbaum

Mönchspfeffer wird zwar gerne zur Zyklusregulierung empfohlen, seine Wirkung ist jedoch sehr stark. Gerade für junge Mädchen ist die sanfte Alchemilla oft die bessere Wahl.

HORMONELL VERHÜTEN

Auch wenn die Pille ein sehr sicheres Verhütungsmittel ist, sollte sie eigentlich erst eingenommen werden, wenn sich der Zyklus eingependelt hat und das Hormonsystem stabil ist. Denn die Pille unterdrückt den natürlichen Rhythmus und löst quasi einen „hormonellen Tiefschlaf“ aus. Zusätzlich raubt uns die Pille wichtige Vitamine und kann, über viele Jahre eingenommen, nach dem Absetzen das „Post-Pill-Syndrom“ auslösen. Das Hormonsystem hat dann Schwierigkeiten aus diesem „Tiefschlaf“ zu erwachen und den eigenen Rhythmus wieder zu finden.

Auch dabei helfen Frauenheilkräuter, denn eine Teekur mit Alchemilla und Beifuß kurbelt die natürliche Hormonproduktion an. *



Periode + *Verhütung*

<p>BINDE:</p> <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> <ul style="list-style-type: none"> + kein Fremdkörper, Blut kann fließen <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> - Geruchsentwicklung, Flecken durch Verrutschen, chemisch behandelt <p>TAMPON:</p> <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> <ul style="list-style-type: none"> + mehr Bewegungsfreiheit, guter Auslaufschutz <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> - begünstigt Pilzinfektionen und Toxisches Schocksyndrom, chemisch behandelt <p>MENSTRUATIONSKAPPE:</p> <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> <ul style="list-style-type: none"> + nicht chemisch behandelt, trocknet nicht aus, wiederverwendbar <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> - Qualität beachten: darf keine Weichmacher enthalten, muss gereinigt werden 	<p>KONDOM:</p> <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> <ul style="list-style-type: none"> + Schutz vor sexuell übertragbaren Krankheiten <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> - kann platzen und ist nur zuverlässig, wenn es richtig angewandt wird <p>PILLE:</p> <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> <ul style="list-style-type: none"> + sehr sicherer Schutz vor Schwangerschaft <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> - Eingriff in den Hormonhaushalt, kein Schutz vor Krankheiten (HIV), Vitaminräuber, regelmäßige Einnahme nötig <p>VERHÜTUNGSPFLASTER:</p> <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> <ul style="list-style-type: none"> + guter Schutz auch bei Erbrechen/Durchfall <hr style="border-top: 1px dotted #ccc;"/> - schützt nicht vor Krankheiten, Nebenwirkungen der Hormone möglich
--	---

Promotion *



LUNETTE

Die Menstruationskappe Lunette ist die Zukunft der Damenhygiene: Einfach falten und wie einen Tampon einführen, danach auswaschen und wiederverwenden – statt wegwerfen. Sicher, aus medizinischem Silikon, hält die Lunette zudem Flora und Feuchtigkeitshaushalt der Scheide intakt. www.lunette.com

HERBST-KOMBI-AKTION

GRATIS: 3 FAIR-RUBBER-KONDOME aus fair gehandeltem Naturkautschuk im Wert von € 6,- bei gleichzeitigem Kauf von Vitamin-B-Komplex-Kapseln und Vitamin-C-Kapseln. Aktion gültig, solange der Vorrat reicht.

VITAMIN-B-KOMPLEX-FORTE-KAPSELN

Starke Nerven, schöne Haut. Die veganen Kapseln helfen, einen pillenbedingten Vitamin-B-Mangel auszugleichen. Sie verbessern das Hautbild und die Konzentrationsfähigkeit.

KAPSELPASS 9+1 GRATIS

60 Stück: **€ 24,90**

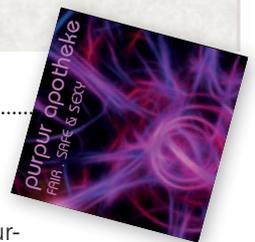


VITAMIN-C-400-GEPUFFERT-KAPSELN

Gesund und munter bleiben. Die magenfreundlichen, veganen Kapseln stärken das Immunsystem und verringern Müdigkeit, denn Vitamin C fängt freie Radikale und verbessert die Kalzium- und Eisenaufnahme.

KAPSELPASS 9+1 GRATIS

60 Stück: **€ 14,90**



Lithium
6.941Beryllium
9.012182

11

Na

Natrium
22.9897702
8
2

12

Mg

Magnesium
24.30502
8
2

11

2
9

20

2
8

21

2
8
9
2

22

Der Stoffwechsel-Manager

Nicht nur Sportler brauchen Magnesium: Mangel von innen und außen ausgleichen.

MINERALSTECKBRIEF

MAGNESIUM

Anwendungsbereiche:

- **Sport:** Magnesium regt die Energieproduktion in den Muskeln an. Wir erbringen bessere Leistungen, werden nicht so schnell müde und erholen uns rascher
- **Übergewicht:** Mithilfe von Magnesium können wir die Fettverbrennung ankurbeln
- **Schmerzen und Krämpfe:** Magnesium lindert Migräneattacken, Muskel- und Menstruationskrämpfe
- **Knochen und Zähne:** Nur mit Magnesium kann der Körper Kalzium gut verwerten und dadurch die Knochen gesund aufbauen und erhalten. Die Zähne schützt es vor Karies
- **Schwangerschaft:** Übelkeit, Kopfschmerz, Bluthochdruck und zu früh einsetzende Wehen lassen sich mit Magnesium vorbeugen
- **Herz:** Magnesium schützt das Herz vor einem Infarkt

Magnesium ist verantwortlich für die reibungslose Funktion des gesamten Muskelapparats. Als lebensnotwendiges Mineral reguliert es die Reizübertragung auf Muskeln und Nerven und gilt als „wichtigster Stoffwechsel-Manager unserer Zellen“. Doch anders als andere Stoffe, wie etwa Kalzium, hat unser Körper nicht gelernt, es auf Vorrat zu speichern. Wir müssen Magnesium täglich zu uns nehmen – vergessen aber oft darauf. Denn laut WHO betrifft der chronische Magnesiummangel die gesamte Weltbevölkerung.

VORSICHT VOR RÄUBERN

Unsere Vorfahren hatten weniger Schwierigkeiten, ihren Magnesiumbedarf zu decken: Einerseits aßen sie mehr Vollkornprodukte – und Magnesium steckt hauptsächlich in den äußeren Getreidehüllen. Andererseits waren die Böden damals magnesiumreicher und noch nicht so ausgelaugt und überdüngt. Nicht genug damit, lauern in unserem Alltag viele Magnesiumräuber. Dazu zählen vor allem Stress und eine ungesunde Ernährung mit Zucker, Weißmehl und

Fast Food. Zu viel Koffein, Stichwort Kaffee und Colagetranke, steigert die Ausscheidung von Magnesium, Alkohol den Verbrauch. Auch Erkrankungen wie Darmentzündung, Diabetes mellitus, Schilddrüsenüberfunktion und Glutenunverträglichkeit rauben uns Magnesium. Zusätzlich können folgende Arzneien den Tagesbedarf erhöhen: Insulin, Cortison,

MAGNESIUM-KAPSELN

Für ein gesundes Herz und leistungsstarke Muskeln. In Zeiten von Stress oder großer körperlicher Belastung steigt der Magnesiumbedarf des Körpers. Die veganen Kapseln liefern den wichtigen Mineralstoff in organischer, gut aufnehmbare Form und helfen, Muskeln und Herz leistungsfähig zu halten.

KAPSELPASS
9+1 GRATIS

60 Stück: € 19,90



F



Neue Erkenntnis: Die Haut kann Magnesium gut aufnehmen.

Antibiotika, die Pille, Pilzmittel, entwässernde und blutdrucksenkende Medikamente. Bekommen wir zu wenig Magnesium, kann sich ein akuter Mangel gleich mit mehreren Symptomen bemerkbar machen: Muskelkrämpfe, Herzrhythmusstörungen, Zuckungen des Augenlids, Kribbeln in Händen und Füßen, Verspannungen in Nacken, Schultern und Rücken. Häufiger Durchfall oder Verstopfung, Migräne, erhöhter Blutdruck, Energielosigkeit, rasche Erschöpfung und nachlassende

Konzentration, innere Unruhe, Schlafstörungen und oft auftretender Schluckauf weisen ebenfalls auf einen Mangel hin. Viel Magnesium zu sich zu nehmen ist somit eine gute Gesundheitsvorsorge, um Herz und Gefäße zu schützen und die Nerven zu beruhigen. Die Aufnahme über Magen und Darm ist jedoch nicht unbegrenzt möglich.

AUFNAHME ÜBER DIE HAUT

Bei akutem Mangel steigt unser Tagesbedarf von rund 300 mg auf 600 mg an. Experten empfehlen sogar täglich 6 bis 8 mg pro kg Körpergewicht, also rund 400 bis 900 mg, reines Magnesium zu sich zu nehmen. Über den Magen alleine gelingt das nur teilweise, besser eignet sich dazu die Haut: Über dieses sehr aufnahmefähige Organ gelangt das Magnesium schneller und ohne Nebenwirkungen in die Zellen. Die äußerliche Anwendung, bei der Arme, Beine, Bauch und die Fußreflexzonen mit Magnesiumöl einmassiert werden, gleicht einen Mangel demnach sehr wirksam aus. ✱

APOTHEKERS MAGNESIUMFLAKES

Beanspruchte Muskeln entspannen und regenerieren. Als Voll- oder Fußbad pflegt Magnesium die Haut und lockert verspannte Körperregionen – am besten direkt nach sportlicher Belastung. Während die Haut mit wertvoller Feuchtigkeit versorgt wird, kann durch das tägliche Bad ein Magnesiummangel rasch und effektiv ausgeglichen werden. Herkunft: Zechsteinmeer.

1.000 g:

€ 12,90

APOTHEKERS MAGNESIUMÖL

Der Tagesbedarf zum Auftragen. Das Öl eignet sich ideal, um den unangenehmen Begleiterscheinungen eines Magnesiummangels vorzubeugen. Während des Trainings oder Wettkampfes aufgetragen, lässt es die Muskeln ausdauernder werden und unterstützt ihre schnelle Regeneration. Auch zur direkten, raschen Linderung von Krämpfen anwendbar. Das Öl stammt aus dem Zechsteinmeer und zeichnet sich durch seine außergewöhnliche Reinheit aus.

200 ml: € 12,90

ERNÄHRUNGSTIPP: MAGNESIUMREICHE LEBENSMITTEL

Am besten in Bio-Qualität!



von Carina Absenger, PKA

Nüsse & Samen

Allen voran Sonnenblumen- und Kürbiskerne, gefolgt von Mandeln, Cashewkernen, Haselnüssen, Walnüssen und Sesam

Kakao

Schoko-Heißhunger kann einen Magnesiummangel anzeigen. Dagegen hilft Bitterschokolade mit mind. 70 % Kakaoanteil

Getreide

Haferflocken, Weizenkleie wie auch Amarant und Quinoa sind gute Magnesiumlieferanten

Hülsenfrüchte

Weißer Bohnen, Saubohnen, Erbsen, Kichererbsen und Linsen versorgen uns mit Protein und Magnesium

Obst, Gemüse & Kräuter

Die Brennnessel kann einen Magnesiummangel ausgleichen. Als magnesiumreicher Snack für unterwegs eignen sich getrocknete Bananen, Feigen, Marillen und Datteln



Magnesium
24.3050



Wenn es im Ohr klingelt

Weckruf Tinnitus: Signal für mehr Entspannung.

Es pfeift, brummt, klopft oder rauscht, manchmal ist es sogar eine Melodie – das „Klingeln im Ohr“, wie der Tinnitus übersetzt heißt, kann vielfältig ausgeprägt sein. Fest steht aber: Bei Tinnitus hören wir Geräusche, die sonst niemand wahrnimmt und für die es keine Schallquelle gibt.

Als Auslöser kommen vor allem Lärm, eine Durchblutungsstörung im Innenohr oder eine Blockade an der Halswirbelsäule infrage. Die Nervenzellen geraten aus dem Takt, die Höreindrücke verselbstständigen sich. Doch auch Stress spielt bei der Entstehung eine große Rolle. Sind wir emotional erschöpft, müssen viel Verantwortung tragen und stellen hohe Ansprüche an uns selbst, werden wir anfälliger für die lästigen Ohrgeräusche. Halten diese über drei Monate lang an, gilt der Tinnitus als chronisch. 70 bis 80 Prozent der akuten Fälle bilden sich vorher wieder zurück. Vorausgesetzt, wir hören auf die „Alarmglocken“, die unser Körper im wahrsten Sinne des Wortes läuten lässt, und ändern etwas an unserer Situation.

SEHNSUCHT NACH RUHE

Sind wir von Tinnitus betroffen, sollten wir uns zunächst Gedanken darüber machen, wann das unangenehme Geräusch zuerst aufgetreten ist und ob die Phasen der Anspannung und Entspannung in unserem Leben ausgeglichen sind. Dass das Symptom im Ohr auftritt, wo auch unser Gleichge-

VITALPILZ-BIO-REISHI-KAPSELN

Vitalstoffe für innere Ausgeglichenheit. Der „Pilz der Unsterblichkeit“ versorgt den gesamten Organismus mit Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen. Er stärkt das Immunsystem und lindert Schlafstörungen, Nervosität und Herz-Kreislauf-Probleme.

**KAPSELPASS
9+1 GRATIS**

60 Stück:
€ 33,90



wichtssinn sitzt, zeigt, dass wir aus der Balance geraten sind. Wenn wir achtsam mit uns umgehen und gezielt Entspannung suchen, stehen die Chancen gut, dass wieder Ruhe einkehrt. Hilfreich sind dazu Entspannungstechniken wie autogenes Training, Yoga, Tai Chi und Qigong. Auch eine Gesichtsentspannungsmassage kann hel-

**Tinnitus ist ein Symptom,
keine eigene Krankheit.**

Tinnitus-Expertin
Prof. Dr. Birgit Mazurek

fen. Dabei werden über Akupressur und sanfte Berührungen an Kopf, Gesicht und Schultern die Durchblutung verbessert, der Lymphfluss angeregt und Spannungen im Gewebe gelöst. Die Traditionelle Chinesische Medizin unterscheidet zudem zwischen hoch- und niederfrequenten Geräuschen und behandelt dementsprechend den Lebermeridian oder stärkt die eng mit dem Ohr verbundene Niere. Pflanzlich beruhigt uns der durchblutungsanregende Ginkgo. ✿

TIPP HOMÖOPATHIE TINNITUS-GLOBULI

Die Globuli können unabhängig von der Art des Geräusches bei akutem und chronischem Tinnitus angewendet werden. Die spezielle Mischung hilft unter anderem mit Lycopodium gegen Stress und Überforderung. Der Organismus wird dadurch auf mehreren Ebenen unterstützt und zur Selbstheilung angeregt.

von Mag. pharm.
Andrea Schöllnhammer



Nails



„Intensae“-Nagellacke

Intensiv, vegan und fünfmal frei von Giftstoffen.



Hochwertiger Nagellack bietet lang anhaltende Farbbrillanz und lässt sich gut auftragen. Doch einige Inhaltsstoffe in üblichen Lacken gelten als schädlich und können über die empfindliche Nagelhaut aufgenommen werden. Manche Hersteller produzieren daher „3 free“ Nagellacke, die frei von Toluol, Formaldehyd und Phthalaten sind.

Die New Yorker Christian Roman und James Samuel gehen mit ihren „Intensae“-Lacken noch einen Schritt weiter: kein Lösungsmittel wie Toluol, keine möglicherweise krebserregenden Weichmacher wie Campher und Phthalate, kein Allergie auslösendes Formaldehyd und Formaldehydharz. Die „Intensae“-Lacke sind damit „5 free“, vegan und in vielen strahlenden, lang haltenden und gut deckenden Farben erhältlich. *



AKTION

Egal ob top oder base, nude oder metallic, hell oder dunkel, Pastell oder mit Glitzer: **Zu jedem der 21 veganen, „5 free“ Nagellacke von Intensae gibt es jetzt eine gratis Saphir-Nagelfeile* im Wert von €4,90.**

Preis je Lack: € 16,95



KENNELNERN-AKTION

Gratis Maniküre mit Intensae-Lack: am Do., 8.10.2015, 10.00–17.00 Uhr, in der Purpur Apotheke: 40 Min. Pflege für die Hände plus styliher Intensae-Lack für die Nägel. Terminvereinbarung unter Tel.: 0316/69 37 03 oder apotheke@purpurapotheke.at.

*Aktion gültig solange der Vorrat reicht.

IMPRESSUM:

Offenlegungspflicht gemäß §25 Mediengesetz:
Medieninhaber, Herausgeber und Verleger:
Purpur Apotheke
Mag. pharm. Dina Hotter-Rahman, MSc (TCM) e.U.
Geschäftsführer:
Mag. pharm. Dina Hotter-Rahman, MSc (TCM)
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: + 43/(0)316/69 37 03
apotheke@purpurapotheke.at
www.purpurapotheke.at
www.facebook.com/purpurapotheke

Blattlinie: „Purpur News“ ist eine Kundenzeitschrift der Purpur Apotheke und informiert über Prävention und Heilung von Erkrankungen sowie über Produkte und Dienstleistungen aus dem kosmetischen Bereich. Der inhaltliche Schwerpunkt liegt dabei bei der Komplementär-Medizin und im Speziellen bei der Traditionellen Europäischen Medizin (TEM). Entgeltliche Veröffentlichungen sind als Promotion gekennzeichnet.

*Promotion: Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren
Gebrauchsanweisung bzw. Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Erscheinungsweise: quartalsweise
Auflage: 5.000 Stück

Konzept & Realisation:
bocom Unternehmenskommunikation GmbH
Fotocredits: Lichtbildneri, iStock, fotolia,
Quagga Illustrations
Druck: Druckerei Janetschek GmbH

Papier: Impact Climate 120 g/m², CO₂-neutral aus 100 % Altpapier, von Lenzing Papier Österreich

Trotz sorgfältiger Recherchen sind Änderungen, Irrtümer, Satz- und Druckfehler vorbehalten.



Beratungstag: Lunette Menstruationskappe

Di., 6.10.2015, 10.00 – 17.00 Uhr
in der Purpur Apotheke. Expertin: Barbara Wagner, Wahre Lebenswerte
Lunette – die ökologische Monats-hygiene „ganz ohne Fadenspiel“
Frau Barbara Wagner von der Herstellerfirma Wahre Lebenswerte erklärt die einfache, sichere und hygienische Alternative zu Binden und Tampons: Die „Lunette“-Menstruationskappe aus medizinischem Silikon bringt uns sorgenfrei durch „die Tage“ – sie ist leicht einzusetzen, vielfach wiederverwendbar und bei guter Pflege jahrelang haltbar. Die Beratung ist kostenlos, keine Voranmeldung nötig.



AIOH-Vortrag: Aura-Essenzen

Do., 15.10.2015, 18.30 Uhr
in der Purpur Apotheke. Vortragende: Mag. Rosalinde Pessl, Firma AIOH
Mehr Kraft, Entspannung und Wohlbefinden mit Aura-Essenzen
Frau Mag. Rosalinde Pessl, Gründerin der Fa. AIOH, erschließt uns die Welt der Lichtfarben, Lichtkörper und Düfte der Aura-Essenzen, um unser „Innen“ und „Außen“ positiv beeinflussen, klären, beleben oder in Harmonie bringen zu können – damit die Energien wieder frei fließen. Beratung kostenlos, bitte um Anmeldung unter Tel.: 0 316/69 37 03 oder direkt in der Purpur Apotheke.



Die Gewinner des TEM-Sommer-Such-Gewinnspiels

Codewort: **SOMMERFRISCHE**

Unsere drei Hauptpreise haben gewonnen:

1. Preis: Mag. Edith Perner, MA
2. Preis: Margareta Novotny
3. Preis: Melanie Löbl

Wir gratulieren recht herzlich!

purpur GUTSCHEIN

August/September 2015



60 Stück:
€ 17,90
statt € 19,90

MAGNESIUM-KAPSELN

Sorgen für bessere Leistungsfähigkeit, entspannte Muskeln, ein kräftiges Herz und starke Knochen und Zähne.

Gutschein nur für Stammkunden und pro Person nur einmal einlösbar. Keine Barablöse. Nur in den jeweiligen Monaten gültig.

Purpur Apotheke
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: 0 316/69 37 03
Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00,
Sa 8.00–12.30 Uhr



purpur GUTSCHEIN

September/Oktober 2015



250 ml:
€ 6,90
statt € 9,90

APOTHEKERS WASHBALSAM

Milde Reinigung und Feuchtigkeitspflege für Haare, Körper und Gesicht – ohne Mikroplastik, Parabene und Silikonöle.

Gutschein nur für Stammkunden und pro Person nur einmal einlösbar. Keine Barablöse. Nur in den jeweiligen Monaten gültig.

Purpur Apotheke
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: 0 316/69 37 03
Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00,
Sa 8.00–12.30 Uhr



purpur GUTSCHEIN

Oktober/November 2015



20 Stück:
€ 6,45
statt € 7,45

BRONCHOSTOP-PASTILLEN

Lösen festsitzenden Schleim und fördern das Abhusten. Rasche Hilfe zum Lutschen – ideal für unterwegs.

Gutschein nur für Stammkunden und pro Person nur einmal einlösbar. Keine Barablöse. Nur in den jeweiligen Monaten gültig.

Purpur Apotheke
Radegunder Straße 47, 8045 Graz
Tel.: 0 316/69 37 03
Öffnungszeiten: Mo–Fr 8.00–18.00,
Sa 8.00–12.30 Uhr

