



Imodium®
akut lingual
Schmelztabletten

Inhalt: 12 Stück | AVP: 15,29 €

Jetzt nur
11,50 €

Sie sparen 25%



Curazink®
Kapseln

Inhalt: 50 Stück | AVP: 19,26 €

Jetzt nur
14,25 €

Sie sparen 26%



Zovirax®
Duo
Creme

Inhalt: 2 g | AVP: 14,80 €

Jetzt nur
10,95 €

Sie sparen 26%

Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Abgabe solange der Vorrat reicht und in haushaltsüblichen Mengen. Irrtum vorbehalten.
*Preisnachlässe beziehen sich auf die unverbindliche Preisempfehlung (UVP) 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 § 78 Abs. 3 S. 1, 2. HS AMG, der von der KK im Ausnahmefall der Erstattung abzüglich 5% an die Apotheke ausgezahlt wird. Stand Dezember 2025. Preise gültig vom 01. - 31. Januar 2026.



einzulösen in Ihrer

**Aesculap-
Apotheke
Aue**

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



einzulösen in Ihrer

**Aesculap-
Apotheke
Aue**

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



einzulösen in Ihrer

**Aesculap-
Apotheke
Aue**

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



einzulösen in Ihrer

**Aesculap-
Apotheke
Aue**

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

WISSENSCHAFT & REGULATION

Epigenetik

Gesundheit bis ins hohe Alter – auch „Longevity“ genannt – wünscht sich wohl jeder. Die Basis dafür bildet neben der genetischen Veranlagung der individuelle Lebensstil. Genau mit diesem Zusammenhang beschäftigt sich ein noch junges Feld der Forschung: die Epigenetik. Der Begriff setzt sich zusammen aus „Genetik“ (Vererbungsprozesse) und „Epigenese“ (nachträgliche Entwicklung). Die zentrale Erkenntnis: Zwar bringen die Erbanlagen eine Disposition (= Neigung) für bestimmte Beschwerden mit, doch sie bestimmen unsere Entwicklung, Gesundheit und Lebensdauer nur zu etwa 20 bis 25 %. Der deutlich größere Teil (ca. 75 %) wird durch Lebensstilfaktoren geprägt, die wir selbst beeinflussen können.



**Aus der Regulations-
pharmazie®:**
Tipps für ein langes
gesundes Leben

ausgewogene & basenreiche
Ernährung

Bewegung als Anti-Aging-
Training

Schadstoffe meiden und
ggf. ausleiten

Darmmikrobiom gezielt
pflegen

Vitamin- und Nährstoffdepots
auffüllen

Regeneration durch Schlaf
und Stressabbau

Lebensfreude durch soziale
Kontakte

Der Mensch besitzt in etwa 25.500 Gene, die mithilfe spezieller Mechanismen (z.B. Methylierung, Histon-Acetylierung, microRNAs) situationsabhängig an- oder ausgeschaltet (= Genregulation) werden können. Das erhöht die individuelle Variabilität. **Neben körpereigenen Signalstoffen (z.B. Enzyme) können Faktoren wie Ernährung, Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen, Stressmanagement, Schlafqualität, Bewegung und das soziale Umfeld Einfluss nehmen.** So benötigen Methylierungs-Prozesse spezielle Baustoffe wie Folsäure, Magnesium, Zink oder die Vitamine B12, B6 und B2. Eine Ernährung reich an Obst, Gemüse, Ballaststoffen und gesunden Fetten wirkt sich positiv auf die Genaktivität aus. **Und auch die Pflege des Mikrobioms ist entscheidend:** Unsere Darmbakterien trainieren das Immunsystem und produzieren dabei wichtige Stoffe. Gut untersucht sind die epigenetischen Effekte von Sport und Bewegung. Denken Sie dabei an unsere Muskelzellen. Werden diese regelmäßig trainiert, entwickeln sich Kraft und Ausdauer.

Die Forschung zur Epigenetik steckt noch in den Kinderschuhen. Doch zahlreiche Studien liefern bereits Erklärungen für Erkrankungen wie Diabetes, Alzheimer oder Krebs. Die bisherigen Ergebnisse geben Anlass zur Hoffnung. **An unserer DNA können wir nichts ändern – wohl aber an ihrer epigenetischen Ausprägung.**

203-V3_a_4c_k_1.000_1

ANZEIGE

Salus® Thymian Bio Arzneitee Schnelle Hilfe bei Husten

Bei Husten und Bronchitis lösen die ätherischen Öle im Salus® Arzneitee Thymian hartnäckigen Schleim in den Bronchien und sorgen so für Erleichterung. Wertvolle pflanzliche Inhaltsstoffe aus Bio-Anbau – sorgfältig geprüft nach Europäischem Arzneibuch.

Anwendungsgebiete: Symptome der Bronchitis, Katarrhe der oberen Luftwege. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.**



Unser Geschenk für Sie

Diesen Monat:

Mini-Schoko-Spekulatius

Ab jetzt GRATIS in unserer Apotheke!

Januar 2026 – Nur solange der Vorrat reicht

natürlich für Ihre Gesundheit!



Apotheker Steffen Quellmalz e. K.
Schwarzenberger Straße 7
08280 Aue
Telefon 0 37 71/55 12 58
Telefax 0 37 71/55 12 69
info@aesculap-apotheke-aue.de
www.apotheke-aue.de

Öffnungszeiten:
Mo 8.00-18.00 Uhr
Di 8.00-18.30 Uhr
Mi 8.00-18.00 Uhr
Do 8.00-18.30 Uhr
Fr 8.00-18.00 Uhr
Sa 9.00-12.00 Uhr



Januar 2026

natürlich

Das tut meiner Gesundheit richtig gut!

Gesunder
Start ins
neue Jahr!



Gesund durchs neue Jahr!

Unsere Basis-Nährstoffversorgung für Vitalität und Wohlbefinden – mit sorgfältig abgestimmten Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen in Apothekenqualität für die tägliche Gesundheitspflege. Die Kapseln werden in der regulafit®-Manufaktur von Hand abgefüllt und sind frei von Zusatzstoffen. Ein perfekter Start in 2026!

regulafit® A-Z Premium | Inhalt: 60 Kapseln | UVP: 29,95 €

Rabatt 10% | Aktionspreis 26,95 €

**Aesculap-Apotheke
Aue**



Liebe Leserinnen und liebe Leser,

herzlich willkommen im Gesundheits-Jahr 2026! Die kommenden 12 Monate bieten die perfekte Gelegenheit, Ihrem Körper gezielt etwas Gutes zu tun. Gerne unterstützen wir Sie dabei mit Rat und Tat. Kennen Sie schon unser natürlich-Regulationshaus? Dieses vereint zahlreiche ganzheitliche Maßnahmen (z.B. Pflanzenheilkunde, Säure-Basen-Kur, Darmaufbau, Mikronährstoffversorgung) für mehr Wohlbefinden, Energie und Leistungsfähigkeit.

Fit und gesund bis ins hohe Alter – damit beschäftigen wir uns in den kommenden Wochen in unserer Apotheke. Erste Tipps dazu finden Sie auch in dieser natürlich-Ausgabe. Daneben lesen Sie, welche Mineralstoffe für den Stoffwechsel besonders wichtig sind und wie Sie Ihre persönlichen Werte im Blick behalten.

Einen gesunden Jahresstart

Steffen Quellmalz

Ihr natürlich-Apotheker
Steffen Quellmalz,
Aesculap-Apotheke, Aue

21.
Januar



Weltknuddeltag

Nehmen Sie Ihre Liebsten fest in den Arm – denn Knuddeln ist gesund. Es kann Herz & Kreislauf stärken, den Blutdruck senken & das Wohlbefinden fördern.



„Nicht der Arzt heilt, sondern die Natur: der Arzt kann nur ihr getreuer Diener und Helfer sein, er wird von ihr, niemals aber die Natur von ihm lernen.“

Hippokrates von Kos
(etwa 460 - 370 v. Chr.)

MINERALSTOFFE

Gesundheitshelden für den Organismus

Mineralstoffe gehören – neben Vitaminen, Fettsäuren und Co. – zu den lebenswichtigen Nährstoffen, die unser Körper nicht selbst produzieren kann. Abhängig von ihrer Konzentration werden sie in Mengen- und Spurenelemente unterteilt. Einige sind für den Körper besonders bedeutsam (= essenziell). Dazu zählen Magnesium, Calcium, Kalium, Natrium, Eisen, Zink, Mangan, Kupfer, Molybdän sowie Jod.

Zink ist z.B. an mehr als hundert enzymatischen Reaktionen beteiligt, **Kalium** vor allem für Muskeln, Herz und Nervenimpulse unverzichtbar. Etwa 1,2 kg **Calcium** befinden sich in Knochen und Zähnen. **Magnesium** gilt als echter Alleskönner – vom Anti-Stress-Helfer und Energie-Manager bis hin zum Muskel-Mineral. **Selen** wird u.a. für Wachstums-, Reparatur- und Fortpflanzungsprozesse benötigt. Die

Gemeinsamkeit aller dieser Stoffe – der menschliche Körper ist auf eine regelmäßige Zufuhr über die Nahrung angewiesen. In bestimmten Lebenssituationen kann der Bedarf deutlich erhöht sein. **Daher ist es wichtig, die persönlichen Werte im Auge zu behalten.**

Neben der gängigen Blutanalyse empfehlen wir in unserer Apotheke die Mineral-Analyse aus Haaren oder Fingernägeln. Dabei werden



Langzeitwerte von 28 wichtigen Elementen ermittelt (Mineralstoffe, Spurenelemente, toxische Schwermetalle). Zwar fehlt dieser seit über 25 Jahren praktizierten Labor-Analyse bislang die schulmedizinische Anerkennung, die Qualität der Ergebnisse spricht jedoch für sich. Wussten Sie z.B., dass Nährstoff-Defizite im Blut lange Zeit gar nicht nachweisbar sind?!

Und so geht's: Zur Probennahme in unsere natürlich-Apotheke kommen und gemeinsam mit uns einen speziellen Fragebogen ausfüllen. Das Ergebnis liegt nach wenigen Tagen vor. Im Beratungsgespräch nehmen wir dann den Ist-Zustand genau unter die Lupe und geben Ihnen individuelle Tipps für eine zielgerichtete hochwertige Ergänzung.



Sie möchten mehr über diese Analyse erfahren?

Dann sprechen Sie uns beim nächsten Apothekenbesuch einfach an!

Jetzt beraten lassen!

PHYTOTHERAPIE

Gegen alles ist ein Kraut gewachsen...

Die Phytotherapie (= Heilpflanzenlehre) blickt auf eine lange Tradition zurück. Angefangen bei arabischen und chinesischen Gelehrten in der Antike, wurde das Wissen um die Heilkraft von Pflanzen in den mittelalterlichen Klöstern erweitert und bis heute gepflegt. Sonderformen wie Ayurveda (Indien) oder TCM (Traditionelle Chinesische Medizin) haben inzwischen ihren festen Platz in der Ganzheitsmedizin – und damit auch in unserer natürlich-Apotheke.

Über 70.000 Pflanzenarten dienen unserer Gesundheit. Unterschiedlichste Beschwerdebilder lassen sich mit rein natürlichen Wirkstoffen regulieren. Im Gegensatz zu synthetisch-chemischen Arzneimitteln, die meist einen oder wenige Wirkstoffe enthalten, handelt es sich bei den Pflanzen um Vielstoffgemische, die sich aus bis zu 100 einzelnen Substanzen zusammensetzen. Dadurch werden im Organismus unterschiedliche molekulare Zielstrukturen aktiv beeinflusst. Ob Blüten, Blätter, Wurzeln, Hölzer, Früchte, Samen, Knospen oder Stängel – zahlreiche Pflanzenbestandteile lassen sich medizinisch nutzen (z.B. als Tee, Salbe, in Tropfenform...).

Die Phytotherapie ist ein wertvoller Beratungsschwerpunkt unserer Regulationspharmazie®. Zahlreiche wissenschaftliche Studien aus der modernen Arzneimittelforschung beschäftigen sich mit der Anwendung, Qualität und Wirksamkeit. Phytopharmaka unterliegen dabei den strengen Anforderungen des Arzneimittelgesetzes. Das Anwendungsspektrum ist breit gefächert. Vielleicht haben Sie bereits Thymian, Efeu oder Salbei bei Erkältungsbeschwerden eingesetzt? Oder sich am herrlichen Duft von Lavendel in stressigen Zeiten erfreut? Arnika gilt als Helferlein bei Prellungen & Schmerzen und Kümmel oder Fenchel bringen die Verdauung zur Ruhe.



NATURMEDIZIN KOMPAKT

Beruhigung & Schlaf
Baldrian, Passionsblume, Hopfen, Melisse, Lavendel

Erkältung
Efeu, Primelwurzel, Salbei, Thymian, Ingwer, Sonnenhut, Lindenblüten, Kamille, Eukalyptus

Gelenkschmerzen
Teufelskralle, Weidenrinde, Weihrauch, Gelbwurz

Magen-Darm-Erkrankungen
Kamille, Melisse, Kümmel, Pfefferminze, Mariendistel, Süßholzwurzel

Menstruations- oder Wechseljahresbeschwerden
Mönchspfeffer, Frauenmantel, Traubensilberkerze, Johanniskraut, Sibirischer Rhabarber

Sportverletzungen
Arnika, Beinwell

Wichtig: Mit der Einnahme (Dosis, Uhrzeit, Wechselwirkungen, Qualität, Dauer...) bitte nur nach individueller Beratung durch unser Team starten! Denn auch pflanzliche Mittel können Wechselwirkungen verursachen und gehören in die Hände von Experten.

AKTUELL | SPANNEND | WISSENSWERT

Longevity: Gesundes Altern

Seit Ende des 19. Jahrhunderts hat sich die durchschnittliche Lebenserwartung in Deutschland mehr als verdoppelt. Für Frauen liegt der Wert aktuell bei 83,5 Jahren und für Männer bei 78,9 Jahren. Neben der Lebensdauer ist jedoch vor allem die Lebensqualität entscheidend. Zahlreiche Studien zeigen, mit welchen natürlichen Maßnahmen Sie Ihren Organismus aktiv stärken können. **Dazu zählt neben der richtigen Ernährung und ausreichend Bewegung vor allem die gezielte „Pflege“ unserer Telomere und Mitochondrien.**

Scan mich



Mehr dazu erfahren Sie in unserem aktuellen Online-Beitrag. **Gleich reinschauen!**

203-V3_a_4c_ix_1000_1



Prospan®
Hustensaft
Kinder

Inhalt: 200 ml | AVP: 16,37 €
Preis l: 59,75 €

Jetzt nur
11,95 €

Sie sparen 27%



Imupret® N
Dragees

Inhalt: 50 Stück | AVP: 15,20 €

Jetzt nur
11,25 €

Sie sparen 26%



Bepanthen®
Augen- und
Nasensalbe

Inhalt: 10 g | AVP: 8,48 €
Preis kg: 650,00 €

Jetzt nur
6,50 €

Sie sparen 23%



Gingium®
240 mg
Tabletten

Inhalt: 40 Stück | AVP: 61,44 €

Jetzt nur
47,95 €

Sie sparen 22%

GUTSCHEIN

GUTSCHEIN

**10%
Rabatt**

gültig vom
01. - 31. Januar
2026

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

**10%
Rabatt**

gültig vom
01. - 31. Januar
2026

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

GUTSCHEIN

GUTSCHEIN

**10%
Rabatt**

gültig vom
01. - 31. Januar
2026

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite

**10%
Rabatt**

gültig vom
01. - 31. Januar
2026

Rabatt-Informationen: siehe Rückseite