

## Überflüssige Pfunde loswerden

„Kohlsuppen-Diät“, „Schlank-im-Schlaf“, „Hollywood-Diät“, „Trennkost“ etc. – die Anzahl der angepriesenen Diäten ist schier endlos. Nach den Weihnachtsfeiertagen scheint der Run auf Diätwunder besonders groß.

Die „Deutsche Gesellschaft für Ernährung“ empfiehlt allerdings, dass Reduktionsdiäten nur kurzzeitig erfolgen sollten, falls es lediglich darum geht ein paar „überflüssige“ Pfunde los zu werden. Wer ernsthafte Gewichtsprobleme hat, kann mit einer solchen Diät nur dann Erfolg haben, wenn ihr eine dauerhafte Umstellung der Ernährung folgt. Vollwertige Ernährung und vermehrte

körperlicher Aktivität sind dann die entscheidenden Faktoren einer Gewichtsabnahme. Denn wenn nach einer Diät ein Rückfall in alte Ess- und Lebensgewohnheiten erfolgt, kommt es schnell zu einem Wiederanstieg des Körpergewichts.

Um eine kontrollierte Gewichtsreduzierung einzuleiten und kurzfristig ein paar „überflüssige“ Pfunde der Weihnachtszeit loszuwerden, können bestimmte Nahrungsergänzungsmittel hilfreich sein. Wer unter gesundheitlichen Problemen durch Übergewicht leidet, sollte sich aber vor einer Diät kompetent beraten lassen. Wir helfen Ihnen gerne!

### Gingium 240 mg<sup>#</sup>

40 Filmtabletten

Unterstützt bei Beschwerden wie Gedächtnisstörungen, Konzentrationsstörungen, Niedergeschlagenheit, Schwundel, Ohrensausen.

42%  
gespart\*\*



**Top-Preis:**  
**35,59\* €**

Statt bisher: 61,44 €  
Entspricht: 0,89 €/Filmtablette

Wirkstoff: Gingko-biloba-Blätter-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Pflanzliches Arzneimittel zur Verbesserung einer altersbedingten kognitiven Beeinträchtigung und der Lebensqualität bei leichter Demenz. Enthalt Lactose und Glucose.

### VITAMIN B-KOMPLEX- ratiopharm<sup>#</sup>

60 Kapseln

B-Vitamine für Konzentration und Energie.  
Frei von Laktose, Gluten und Zucker.



**19,35\* €**  
25%  
gespart\*\*

UVP: 25,79 €  
Entspricht: 0,32 €/Kapsel

1 Kapsel täglich mit ausreichend Flüssigkeit schlucken. Die angegebene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

### Carmenthin bei Ver- dauungsstörungen<sup>#</sup>

14 Weichkapseln

Pflanzliches Arzneimittel bei leichten Krämpfen im Magen-Darm-Bereich, Blähungen, Völlegefühl.



**11,39\* €**  
24%  
gespart\*\*

Statt bisher: 14,95 €  
Entspricht: 0,81 €/Weichkapsel

Anwendungsgebiete: Dyspeptische Beschwerden, besonders mit leichten Krämpfen im Magen-Darm-Bereich, Blähungen, Völlegefühl.

# Gültig ab sofort bis 31. Januar 2026

Telefon 0 75 72 - 80 35

Telefax 0 75 72 - 10 12

Hauptstraße 60 · 88512 Mengen

[www.kreuz-apotheke-mengen.de](http://www.kreuz-apotheke-mengen.de)

**kreuz  
apotheke**

## Top-Produkt zum Top-Preis im Januar:

### Mucosilent gegen Reizhusten 6mg/ml<sup>#</sup>

100 ml Saft

Zur symptomatischen Therapie des Reizhustens.

30%  
gespart\*\*



**Top-Preis:  
9,75\* €**

Statt bisher: 13,95 €

Entspricht: 97,50 €/Liter

Wirkst.: Levodropropizin. Sonst. Bestandt.: Natriumcitrat (Ph.Eur.), Citronensäure-Monohydrat, Hypromellose, Sucralose, Kaliumsorbitat (Ph.Eur.), Himbeer-Aroma (enthält Geschmacksstoffe), Maltodextrin (Mais) und Arabisches Gummi [E414]. Gereinigtes Wasser. Anw.-geb.: Symptomatische Therapie des Reizhustens (unproduktiver Husten). Gegenanz.: Überempfindlichkeit gegen den Wirkstoff oder einen der sonst. Bestandt., produktiver Husten, verminderte mukoziliäre Funktion, stark eingeschränkte Leberfunktion, Kinder unter 2 Jahren, Schwangerschaft oder Stillzeit.

### Otriven gegen Schnupfen 0,1 % Dosierspray ohne Konservierungsstoffe<sup>#</sup>

10 ml

Befreit die Nase bereits nach 2 Minuten. Für Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren.



**4,59\* €**  
23%  
gespart\*\*

Statt bisher: 5,96 €  
Entspricht: 459,00 €/Liter

Wirkstoff: Xylometazolinhydrochlorid 1 mg/ml. Anwendungsgebiete: Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren: Zur Abschwellung der Nasenschleimhaut bei Schnupfen, anfallsweise auftretendem Fließschnupfen (Rhinitis vasomotorica), allergischem Schnupfen (Rhinitis allergica). Zur Erleichterung des Sekretabflusses bei Entzündung der Nasennebenhöhlen sowie bei Katarh des Tubenmittelohrs in Verbindung mit Schnupfen.

### Transpulmin Erkältungsbalsam<sup>#</sup>

40 g Creme

Bei entzündlichen Erkrankungen der Atemwege mit Husten, Heiserkeit, Verschleimung der Bronchien und des Rachens.



**7,55\* €**  
24%  
gespart\*\*

Statt bisher: 9,96 €  
Entspricht: 188,75 €/Kg

Wirkstoffe: 25 mg Camphor, racemisch; 100 mg Cineol; 50 mg Levomenthol; Anwendungsgebiet: Transpulmin Erkältungsbalsam wird bei entzündlichen Erkrankungen der Atemwege mit Husten, Heiserkeit, Verschleimung der Bronchien und des Rachens sowie zur Linderung der Beschwerden bei Lungen- und Rippeneiterzündungen angewendet.



