



L i e b e s c h e n k e n !

Zum Valentinstag

Entdecken Sie unsere Pflege- & Wohlfühl-
produkte für besondere Momente oder
überraschen Sie Ihre Lieben mit einem
individuellen Gutschein aus unserer Apo-
theke! Freude, die von Herzen kommt!

Ihr Team der Apotheke im Gäubodenpark



Eucerin®

Exklusive Hautberatung



Dienstag, 24.02.26 und 10-17 Uhr
Terminvereinbarung erwünscht

*Gültig bis 28.02.26 auf Eucerin Produkte ab 20 € Einkaufswert

**E-Rezepte & Bestellungen bequem per App.
Schnell & einfach.**

Jetzt scannen und herunterladen!



UNSER GESUNDHEITSJOURNAL FÜR SIE

+Rätsel



1 Pflege / Reinigung
für Gesicht / Körper

2 Pflegen / Reinigungen
für Gesicht / Körper



3€ | 10€
R A B A T T



ab einem Warenwert von jeweils 10 €

Beim Kauf einer Gesichts-/Körperpflege oder -reinigung der Marken La Roche-Posay, CeraVe und Vichy im Wert von mindestens 10 € erhalten Sie 3 € Rabatt. Beim Kauf von zwei Gesichts-/Körperpflegen oder -reinigungen der Marken La Roche-Posay, CeraVe und Vichy im Wert von mindestens jeweils 10 € erhalten Sie insgesamt 10 € Rabatt. Gültig bis 28.02.2026. Nur solange der Vorrat reicht. Eine Kombination der drei Aktionsmarken (La Roche-Posay, CeraVe, Vichy) ist ebenfalls möglich. Nur möglich durch Abgabe eines originalen Rabatt-Coupons gemäß dessen Bedingungen. Coupon nicht zur Vervielfältigung autorisiert. Nur in teilnehmenden Apotheken. Nicht mit anderen Rabatt-Aktionen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Veranstalter: L'Oréal Deutschland GmbH, Johannstr. 1, 40476 Düsseldorf.



Sanfte Hilfe bei Erkältung – die Kraft des Eukalyptus

Aromatherapeutin Frau Katrin Schötz

Gerade in der kalten Jahreszeit sind Erkältungen weit verbreitet: eine verstopfte Nase, Husten, Druckgefühl in den Nebenhöhlen oder allgemeines Krankheitsgefühl. Neben bewährten schulmedizinischen Maßnahmen kann die Aromatherapie eine wertvolle, natürliche Unterstützung bieten. Besonders bewährt hat sich dabei der Eukalyptus – ein echter Klassiker bei Atemwegsbeschwerden.

Als Aromaeexpertin möchte ich Ihnen zeigen, wie Eukalyptus sinnvoll und sicher angewendet werden kann – und worin sich die Eukalyptusarten unterscheiden.

Eukalyptus – Befreiung für die Atemwege

Ätherisches Eukalyptusöl wirkt

- » schleimlösend
- » durchblutungsfördernd
- » erfrischend und klärend
- » unterstützend für die Atemwege

Schon beim Einatmen vermittelt der charakteristische Duft das Gefühl von freier Atmung. Je nach Anwendung eignet sich Eukalyptus hervorragend zur Inhalation, für ein Erkältungsbad oder als Bestandteil eines Brust- und Erkältungsbalsams.

Eukalyptus ist nicht gleich Eukalyptus

Der Unterschied zwischen Eukalyptus globulus und Eukalyptus radiata:

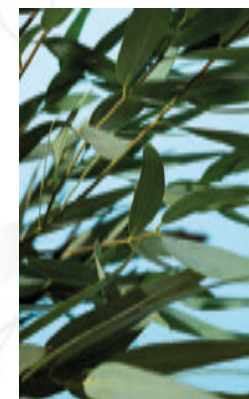
In der Aromatherapie ist es besonders wichtig, die richtige Art zu wählen.

Eukalyptus globulus



- » sehr stark wirksam
- » hoher Anteil an 1,8-Cineol
- » intensiv befreiend bei fest-sitzendem Schleim
- » geeignet für Erwachsene, nicht für Kinder, Schwangere oder empfindliche Personen
- » Ideal bei kräftigen Erkältungen, Bronchitis oder hartnäckigem Husten – immer gut dosiert.

Eukalyptus radiata



- » deutlich milder und sanfter
- » ohne Cineol
- » schleimlösend und antiviral
- » gut verträglich
- » geeignet für Kinder (ab ca. 1 Jahr), empfindliche Menschen und die ganze Familie
- » Meine bevorzugte Empfehlung für den Alltag und für Familien.

Rezept Erkältungsbalsam

- » 30g Kokosöl
- » 10g Bienenwachs
- » 10 ml Johanniskrautöl
- » 10 Tropfen Eukalyptus radiata oder globulus

Anwendungsmöglichkeiten bei Erkältung

1. Inhalation

Eine der effektivsten Anwendungen bei Schnupfen und verstopften Nebenhöhlen.

Anwendung:

» 1–2 Tropfen Eukalyptus (radiata oder globulus) in eine Schüssel mit heißem Wasser oder Wasserdampf Inhalator

» 5–10 Minuten tief ein- und ausatmen

» Wirkt befreiend, klärend und wohltuend.

2. Erkältungsbad

Ein warmes Bad unterstützt die Durchblutung und entspannt gleichzeitig.

Wichtig: Ätherische Öle niemals pur ins Wasser geben!

Anwendung:

» 3–5 Tropfen Eukalyptusöl

» mit Sahne, Honig oder Totes Meersalz mischen

» dem Badewasser zugeben

» Besonders angenehm bei Frösteln und Muskelverspannungen. Wirkt sehr gut schleimlösend. Wer nicht gerne badet, einfach einen Tropfen Eukalyptus auf den Duschboden geben. Durch das warme Wasser eine tolle alternative zur Inhalation.

Qualität & Beratung sind entscheidend

Für eine sichere und wirksame Anwendung ist die Qualität der ätherischen Öle entscheidend. Achten Sie auf 100% naturreine, hochwertige Öle mit botanischem Namen und geprüfter Herkunft.

In unserer Apotheke erhalten Sie nicht nur ausgewählte Aromatherapie-Qualität, sondern auch kompetente, individuelle Beratung. Gemeinsam finden wir das passende Öl, die richtige Dosierung und die geeignete Anwendung – abgestimmt auf Alter, Beschwerden und persönliche Bedürfnisse.

Mein persönlicher Tipp

Eukalyptus radiata gehört in jede Hausapotheke – sanft, wirksam und vielseitig einsetzbar bei Erkältung und Atemwegsbeschwerden.

Liebe Grüße,
Katrin Schötz