

GESUNDHEITS ■ TIPPS

Hilfe bei Beschwerden in den Wechseljahren

Die Wechseljahre markieren den Beginn eines neuen Lebensabschnitts bei Frauen. Die Umstellung der körpereigenen Hormonproduktion geht oft mit unangenehmen Begleiterscheinungen, einem geschwächten Immunsystem und einer verminderten Leistungsfähigkeit einher.

Zu den bekannten Symptomen der Wechseljahre gehören Hitzewallungen und Schweißausbrüche. Treten diese Nachts auf, können Schlafstörungen die Folge sein. Weitere mögliche Be-



IHRE APOTHEKERIN SASKIA HILDWEIN EMPFIEHLT

fachkundige Beratung.

schwerden sind Schwindelgefühle, Antriebslosigkeit und leichte Ermüdung. Auch psychische Veränderungen wie Stimmungsschwankungen, Nervosität und leichte Reizbarkeit.

In Ihrer City-Apotheke, Galerie-Apotheke und Kurbad-Apotheke erhalten sie hierzu

Außerdem bieten die Apotheken Mikronährstoffe aus eigener Herstellung, die bei Wechseljahres-Beschwerden Abhilfe schaffen können. Isoflavone aus Soja können zum Beispiel helfen, das Wohlbefinden in dieser Umstellungsphase zu steigern und Beschwerden zu mildern.

LASSEN SIE SICH BERATEN – IN IHRER CITY-APOTHEKE, GALERIE-APOTHEKE UND KURBAD-APOTHEKE