

Hilfe, es weihnachtet



Sabine Breuer, Farina Haase und Nadine Hofmann wünschen Ihnen frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

Es ist jedes Jahr absehbar, trotzdem ist man immer überrascht, wenn plötzlich der Weihnachtsmarkt in der Innenstadt aufgebaut oder man vom Schoko-Nikolaus an der Supermarktkasse angelächelt wird: Die Adventszeit hat begonnen. Und mit ihr das deftige Essen: geschmorte Braten, Backäpfel, kandierte Nüsse und heißer Glühwein – da ist Sodbrennen eigentlich vorprogrammiert, fast 40 Prozent der Deutschen leiden dauerhaft unter dem brennenden Übel. Grund für uns, alle Infos in einem Schwerpunktartikel ab Seite 56 für Sie zusammenzufassen.

Doch was wäre der Advent ohne die ein oder andere süße Sünde? Schon die Gerüche, die während der Weihnachtszeit in der Nase kitzeln, regen den Appetit an. Hinter den Aromen stehen exotische Gewürze wie Zimt, Kardamom oder Anis, die den Duft des Advents ausmachen. Bei genauerer Betrachtung steckt in den Würzpflanzen auch viel pharmazeutische Power – aber man kann sich natürlich auch einfach den Gewürzkuchen von Seite 128 schmecken lassen.

Und dazu ein bisschen schmökern. Das macht im Winter wieder am meisten Freude: Mit einer guten Geschichte, einem Tee und einer Kleinigkeit zu Naschen auf der Couch gemütlich lesen. Das dachte sich auch unsere Autorin Alexandra Regner und hat einen kleinen Weihnachtskrimi verfasst – Britta Badouin in geheimer Advents-Mission.

Ihr PTA IN DER APOTHEKE-Team wünscht Ihnen eine fröhliche und nicht allzu stressige Weihnachtszeit und einen guten Start ins neue Jahr.

Ihr PTA-Team