

PRÄVENTION

Ein Herzensanliegen

Apotheken engagieren sich auch in der Prävention: Bei der Aktion «Hand aufs Herz» können Sie Ihr individuelles Infarkttrisiko ermitteln – und entsprechend vorbeugen. Leserinnen und Leser des Beobachters profitieren doppelt.

Der Herzinfarkt: Für viele ist er Sinnbild eines schnellen Todes, der Menschen in den besten Jahren und aus heiterem Himmel trifft. Doch der Schein trügt: Nur einer von zehn Herzinfarkten kommt überraschend. Die anderen neun sind mehr oder weniger absehbar.

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind meist die Folge einer genetischen Veranlagung, verbunden mit einer gesundheitsgefährdenden Lebensweise. Umgekehrt heisst das: Das Risiko eines Herzinfarkts lässt sich kontrollieren respektive senken. Besonders wenn Sie zwischen 35 und 60 Jahre alt sind, bereits gewisse Risikofaktoren aufweisen, aber (noch) keine Symptome wahrnehmen, lässt sich in der Regel viel erreichen. Auf diese Gruppe zielt denn auch die Kampagne «Hand aufs Herz» der Apotheken.

Das Angebot umfasst eine Befragung, einen Analyseteil mit Blutentnahme sowie eine individuelle Beratung. Sie erfahren von der Apothekerin oder dem Apotheker, wie gross Ihr individuelles Risiko ist, in den nächsten zehn Jahren einen Herzinfarkt zu erleiden. Danach erhalten Sie wertvolle Informationen für einen gesund-

heitsförderlichen Lebensstil: regelmässige Bewegung, ausgewogene Ernährung, kein Nikotin, möglichst wenig Stress.

Die Aktion «Hand aufs Herz» richtet sich primär an Männer ab 35 und Frauen ab 40 Jahren. Test und Beratung erhalten Sie in rund 600 Apotheken (siehe ab Seite 34). Wichtig: Leserinnen und Leser des Beobachters zahlen dafür nur 29 statt 49 Franken. Den Gutschein, den Sie in der Apotheke abgeben müssen, finden Sie unten

auf dieser Seite. Test und Beratung der Aktion laufen wie folgt ab:

1. Fragebogen: Sie beantworten 15 Fragen zu Ihrem Lebensstil sowie zu Ihren Erkrankungen oder Risikofaktoren. Die Antworten geben dem Apotheker einen ersten Hinweis auf Ihr Risiko für Herz-Kreislauf-Beschwerden. Der Fragebogen stammt von der Schweizerischen Herzstiftung und ist wissenschaftlich anerkannt. Die Resultate werden im Ampelsystem dargestellt:

Herzinfarkt: Jeder zweite Betroffene überlebt

Am Anfang steht meist eine langsam voranschreitende Blutgefässveränderung (Arteriosklerose), bei der sich die Wände der Blutgefässe entzünden, verdicken und verhärten. Dadurch verengt sich der Querschnitt der Gefässe, und es können sich Blutgerinnsel bilden, die den Fluss des Blutes behindern. Verstopft ein Gerinnsel eine Arterie an einer engen Stelle, wird die Blutversorgung der dortigen Organe und Zellen unterbrochen – es kommt zum sogenannten Infarkt. Bei einem Herzinfarkt verstopft eine Herzkranzarterie. Ein Teil des Herzmuskels erhält dann kein Blut und damit keinen Sauerstoff mehr und stirbt ab. Das beeinträchtigt die Pumparbeit des Herzens – je nach Grösse des Infarktgebiets mehr oder weniger. Jeder zweite Betroffene überlebt den Herzinfarkt. Oft bleiben Symptome wie Atemnot, eine Herzinsuffizienz oder Herzrhythmusstörungen zurück.

Aktion «Hand aufs Herz»

Gutschein für die Leserinnen und Leser des Beobachters

Gegen Abgabe dieses Gutscheins erhalten Sie das Test- und Beratungsangebot «Hand aufs Herz» zum Vorzugspreis von 29 statt 49 Franken.

Pro Person kann nur 1 Gutschein eingelöst werden. Der Gutschein ist bis 30. September 2007 gültig. Die Liste der Apotheken, die in Ihrer Nähe den Test und die Beratung durchführen, finden Sie weiter hinten auf den Seiten 34 und 35 oder unter www.testedeinrisiko.ch.





FOTO: PABLO CORRAL VEGA/CORBIS/ROB

Cuenca, Ecuador

→ Grün: geringes oder kein Risiko. Empfehlung: Weiterführung des bisherigen Lebensstils.
 → Orange oder Rot: erhöhtes Risiko. Empfehlung: Schritt 2 und 3 der Aktion «Hand aufs Herz».

2. Blutdruck messen und Blutwerte ermitteln: Die Befragung hat ergeben, dass Ihr Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen erhöht ist. Oder Sie sind mangelhaft über Ihre

Blutwerte informiert. In diesen Fällen nimmt die Apothekerin oder der Apotheker folgende Messungen vor:

→ Blutdruck;
 → Blutfettwerte (Lipidprofil);
 → Blutzucker.

Zusammen mit Ihren anderen Angaben wird Ihre individuelle Wahrscheinlichkeit bestimmt, dass Sie in den nächsten zehn Jahren einen Herzinfarkt erleiden. Die Berechnung basiert auf dem sogenannten

AGLA-Score der Arbeitsgruppe Lipide und Atherosklerose (AGLA).

3. Tipps und Tricks: Die Apothekerin oder der Apotheker bespricht mit Ihnen die nächsten Schritte. Sie erhalten Anregungen zur Prävention, womöglich auch die Empfehlung, eine Ernährungsberaterin oder einen Spezialisten für Rauchstopp aufzusuchen. Ihre Risikowerte und die vereinbarten Ziele für die Anpassung Ihres Lebensstils werden in einem Gesundheits-

Risikofaktoren: Wer besonders gefährdet ist, einen Herzinfarkt zu erleiden

Folgende Faktoren, wie sie auch in der Aktion «Hand aufs Herz» ermittelt werden, bestimmen Ihr Herzinfarktrisiko:

- **Alter:** Das Risiko für einen Herzinfarkt steigt ab dem 40. Altersjahr deutlich an.
- **Geschlecht:** Bis zum 70. Altersjahr haben Männer ein deutlich höheres Infarktrisiko als Frauen. Danach gleicht sich das Risikoprofil der Geschlechter an.
- **Ein Herzinfarkt oder Hirnschlag in der Herkunftsfamilie:** Ist bei Verwandten ersten Grades bereits ein Infarkt aufgetreten – vor allem wenn er jeweils vor dem 55. Altersjahr passiert ist –, kann dies eine familiäre Veranlagung für Herzinfarkte oder Fettstoffwechselstörungen anzeigen.
- **Vorerkrankungen wie Arteriosklerose, eine Bypass-Operation, Diabetes oder ein Herzinfarkt:** Personen mit solchen Vorerkrankungen haben ein deutlich erhöhtes Herzinfarktrisiko.
- **Rauchen:** Zahlreiche Inhaltsstoffe des Tabaks bewirken, dass sich die Blutgefäße verengen; dies führt zu einem Blutdruckanstieg und zum schnelleren Schlagen des Herzens. Zudem führen Giftstoffe zu arteriosklerotischen Ablagerungen in den Arterienwänden. Die Folge: Raucher erleiden viermal häufiger einen Herzinfarkt als Nichtraucher. Kaum eine andere Massnahme senkt das Herzinfarktrisiko so schnell und dauerhaft wie ein Rauchstopp.
- **Hoher Blutdruck:** Als erhöht gilt der Blutdruck, wenn der obere, systolische Wert während längerer Zeit über 140 mmHg (Millimeter Quecksilbersäule auf dem Blutdruckmessgerät) liegt und der untere, diastolische Wert über 90 mmHg (wobei die Grenzwerte von mehreren Faktoren abhängen, zum Beispiel Alter, Geschlecht, Zeitpunkt der Messung). Bei Bluthochdruck – den man in der Regel nicht spürt – erhöht sich das Herzinfarkt- oder Hirnschlagrisiko

um das Doppelte bis Zehnfache. Denn Bluthochdruck kann zu Arteriosklerose führen.

- **Tiefer HDL-Cholesterin-Wert:** Das «gute» Cholesterin oder «high density lipoprotein» (HDL) schützt vor Arteriosklerose. Deshalb sollte dieser Wert möglichst hoch sein.
- **Hoher LDL-Cholesterin-Wert:** Das «böse» Cholesterin oder «low density lipoprotein» (LDL) fördert die Entstehung der Arteriosklerose. Dieser Wert sollte möglichst tief sein.
- **Hoher Blutzucker:** Erhöhte Blutzuckerwerte sind ein Hinweis auf Diabetes. Im Vergleich zu gesunden Personen haben Diabetiker ein fünffach höheres Herzinfarktrisiko.
- **Übergewicht:** Ideal ist ein Bauchumfang bei Männern bis 94 Zentimeter, bei Frauen bis 80 Zentimeter. Bei 94 bis 102 Zentimetern (Männer) respektive 80 bis 88 Zentimetern (Frauen) ist Vorsicht geboten. Misst der Bauch mehr als 102 Zentimeter bei Männern und 88 Zentimeter bei Frauen, ist das Herzinfarktrisiko stark erhöht.
- **Ungesunde Ernährung:** Die grössten Sünden sind zu viele Kalorien, zu viele (gesättigte) Fette und fettreiche Speisen (Würste, Pommes frites, Saucen, Patisserie), zu viel Salz und Weissbrot sowie zu wenig Früchte, Gemüse, Fisch, Vollkorn, Nüsse und Soja.
- **Fehlende sportliche Betätigung:** Die Mindestempfehlung lautet: täglich eine halbe Stunde Bewegung von mittlerer Intensität (am Stück oder aufgeteilt in Portionen von mindestens zehn Minuten). Dies können Sportarten wie Schwimmen, Velofahren oder Walking sein, ebenso Alltagsaktivitäten wie Gartenarbeit oder zügiges Gehen.
- **Stress:** Wer fortwährend angespannt ist und unter Zeitdruck steht, hat ein höheres Herzinfarktrisiko. Stress kann – direkt oder indirekt – andere Risikofaktoren wie Rauchen, ungesunde Ernährung oder Übergewicht begünstigen.

pass festgehalten. Mögliche Ergebnisse können sein:

→ **Beispiel 1:** Das Risiko, in den nächsten zehn Jahren einen Herzinfarkt zu erleiden, liegt unter einem Prozent, und alle Messwerte sind unauffällig: Die Apothekerin wird Ihnen empfehlen, die Risikoabklärung in fünf Jahren zu wiederholen.

→ **Beispiel 2:** Das Herzinfarkttrisiko ist klein (unter zwei Prozent) und das Lipidprofil leicht ungünstig: Die Apothekerin zeigt Ihnen auf, wie viel Bewegung Ihnen jetzt guttut. Sie erläutert die wichtigsten Gebote einer ausgewogenen Ernährung; womöglich wird sie Ihnen ein Präparat mit Omega-3-Fettsäuren oder ein pflanzliches Medikament mit Artischockenausügen empfehlen, um den Abbau der Fette in Schwung zu bringen. Schliesslich wird sie Ihnen empfehlen, den Test in zwei bis fünf Jahren zu wiederholen.

→ **Beispiel 3:** Erhöhter Blutzucker: Die Apothekerin wird generell zu einem Arztbesuch raten. ■

Internet



- www.testedeinrisiko.ch: Website der Aktion «Hand aufs Herz»
- www.agla.ch: Die Arbeitsgruppe Lipide und Atherosklerose (AGLA) bietet auf ihrer Website Risikoberechnung und Guidelines.
- www.swissheart.ch: Schweizerische Herzstiftung; hier finden Sie Informationen zum Herzen und zum Herzinfarkt.
- www.sge-ssn.ch: Schweizerische Gesellschaft für Ernährung; über «Suche» finden Sie das Merkblatt «Ernährung, Arteriosklerose und koronare Herzkrankheiten».
- www.5amtag.ch: nationale Kampagne zur Förderung des Konsums von Gemüse und Früchten
- www.hepa.ch: Das Netzwerk Gesundheit und Bewegung Schweiz gibt Bewegungsempfehlungen.
- www.active-online.ch: virtueller Bewegungcoach des Bundesamts für Sport
- www.suissebalance.ch: Ernährungsbewegung des Bundesamts für Gesundheit und von Gesundheitsförderung Schweiz. Hier finden Sie Tipps rund um das gesunde Körpergewicht.

Mit dem **Beobachter** sparen Sie bei Ihrer Hypothek gleich doppelt.

www.beobachter.ch/hypotheckenboerse

In diesen Apotheken der Deutschschweiz können Sie das Spezialangebot für Leser

PLZ 2000

2500 Biel-Bienne

Bözinger Apotheke
 Madretsch Apotheke
 Apotheke-Parfumerie
 Hilfiker
 Apotheke 55
 City Apotheke
 Geno Apotheke
 Pharmacie Dufour
 Battenberg Apotheke
2540 Grenchen
 Stadt Apotheke
2543 Lengnau
 Geno Apotheke
2555 Brügg
 Dorfapotheke Brügg
 Apotheke-Parfumerie
 Brüggmoos
2557 Studen
 Dorfplatz Apotheke
2560 Nidau
 Sonnenapotheke
2563 Ipsach
 Dorf Apotheke

PLZ 3000

3000 Bern

Bären Apotheke
 Rathaus Apotheke
 Freudenberg Apotheke
 Eiger Apotheke
 Weissenbühl Apotheke
 Palmen Apotheke
 Dr. Noyer Apotheke
 Apotheke Hörning
 Bollwerk Apotheke
 Generika Apotheke
 Bern DB
 Zähringer Apotheke
 Länggass Apotheke
 Apotheke Hemmann
 Breitfeld Apotheke
 Jupiter Apotheke
 Bümpliz Apotheke
 & Drogerie
 Brünnen Apotheke
 Schermen Apotheke
 Mauron
3032 Hinterkappelen
 Dorf Apotheke
3052 Zollikofen
 Zentral Apotheke
3065 Bolligen
 Apotheke Wyss
3072 Ostermundigen
 Wegmühle Apotheke

Apotheke Moser

3076 Worb
 Apotheke DB Worb
 Stern Apotheke
3098 Köniz
 Sonnen Apotheke
3110 Münsingen
 Dorfplatz Apotheke
 Aare Apotheke
3123 Belp
 Apotheke Belp
3150 Schwarzenburg
 Schwarzwasser Apotheke
3250 Lyss
 Bahnhof Apotheke
 Apotheke Seeland
 Zentrum Juwi
3280 Murten
 Berntor Apotheke
3294 Büren an der Aare
 Apotheke Büren
3422 Kirchberg
 Apotheke beim Zentrum
3454 Sumiswald
 Apotheke Sumiswald
3510 Konolfingen
 Zentrum Apotheke
3600 Thun
 Bahnhof Apotheke
 Berntor Apotheke
 Zähringer Apotheke
 Apotheke Drogerie
 Strättligen
3612 Steffisburg
 Dorf Apotheke
3672 Oberdiessbach
 Dr. Schmid
3800 Interlaken
 Apotheke Dr. Portmann
 Grosse Apotheke
 Dr. G. Bichsel
3800 Unterseen
 Apotheke H. Busse
3860 Meiringen
 Dorf Apotheke
3902 Gries
 Rhodania Apotheke
3904 Naters
 Dorf Apotheke
 Central Apotheke
 Apotheke St. Mauritius
3924 St. Niklaus
 Apotheke St. Niklaus
3930 Visp
 St. Martini Apotheke
3954 Leukerbad
 Gemmi Apotheke

PLZ 4000

4000 Basel

Goldener Engel Apotheke
 St. Gallus Apotheke
 Anfos Apotheke
 Victoria Apotheke
 St. Jakobs Apotheke
 Tell Apotheke
 Stern Apotheke
 Jura Apotheke
 Sonnen Apotheke
 Schützenmatt Apotheke
 Ahorn Apotheke
 Wasgenring Apotheke
 Klybeck Apotheke
 Bahnhof Apotheke-
 Drogerie
 Apotheke St. Jakob-Park
 Lehenmatt Apotheke
 St. Johann Apotheke
4104 Oberwil
 Apotheke Oberwil
4123 Allschwil
 Dorfplatz Apotheke
4127 Birsfelden
 Hard Apotheke
4133 Pratteln
 TopPharm Apotheke
4143 Dornach
 Paracelsus Apotheke
4153 Reinach
 Hornstein Apotheke
4226 Breitenbach
 Im Wydehof Apotheke
 Schwarzbuebe Apotheke
4310 Rheinfelden
 Rosenau Apotheke
4312 Magden
 Hirschen Apotheke
4313 Möhlin
 Apotheke Möhlin
4332 Stein
 Rhein Apotheke
4410 Liestal
 Stadt Apotheke
4450 Sissach
 Central Apotheke
4460 Gelterkinden
 Apotheke Gelterkinden
4500 Solothurn
 Bahnhof Apotheke
4500 Solothurn
 Ambassador Apotheke
 Bahnhof Apotheke
4513 Langendorf
 Weissenstein Apotheke
4528 Zuchwil
 Dorf Apotheke

4600 Olten

Bifang Apotheke
 Hammer Apotheke
 Apotheke zum Kreuz
 Martins Apotheke
4614 Hägendorf
 Ladrière Apotheke
4632 Trimbach
 Apotheke-Drogerie Kurz
4657 Dulliken
 Jura Apotheke
 Eichenberger
4665 Oftringen
 Kreuz Apotheke
4702 Oensingen
 Apotheke Oensingen
4800 Zofingen
 Pfauen Apotheke Drogerie
4852 Rothrist
 Apotheke Rothrist
4900 Langenthal
 Apotheke Dr. Lanz
4914 Roggwil
 Apotheke Meyer

PLZ 5000

5004 Aarau

Telli Apotheke
5034 Suhr
 Apotheke am Bach
 Feld Apotheke
5035 Unterentfelden
 Lindenapotheke
5037 Muhen
 Zentrum Apotheke
5080 Laufenburg
 Pelikan Apotheke
5107 Schinznach-Dorf
 Apotheke Schinznach-
 Dorf
5200 Brugg
 Apotheke am Lindenplatz
5300 Turgi
 Bahnhof Apotheke-
 Wörndli
5312 Döttingen
 Bahnhof Apotheke
5314 Kleindöttingen
 Niklaus Apotheke
5400 Baden
 Apotheke Wyss & Co.
5405 Baden-Dättwil
 Apotheke Wyss & Co.
5412 Gebenstorf
 Apotheke zur Trotte
5417 Untersiggenthal
 Schürhof Apotheke
5430 Wettingen

Langenstein Apotheke

Center Apotheke
 Altenburg Apotheke
5600 Lenzburg
 West Apotheke
 Stern Apotheke
5610 Wohlen
 Bünz Apotheke
 Hirsch Apotheke
5612 Villmergen
 Berg Apotheke
5615 Fahrwangen
 Fortuna Apotheke
5620 Bremgarten
 Apotheke Sunne-Märt
 Reuss Apotheke
5643 Sins
 Apotheke Sins
5702 Niederlenz
 Müli Apotheke
5703 Seon
 Zentrum Apotheke
 Seetal Apotheke
5722 Gränichen
 Apotheke Gränichen
5734 Reinach
 Löwen Apotheke
5737 Menziken
 Apotheke zum Ritter
5742 Kölliken
 Apotheke zur alten Post

PLZ 6000

6000 Luzern

Neustadt Apotheke
 Cysat Apotheke
 Alte Suidtersche Apotheke
 City Apotheke
 Falken Apotheke
6010 Kriens
 Medicus Apotheke Kriens
6014 Littau
 Fanghöfli Apotheke
6015 Reussbühl
 Apotheke Ruopigen
6020 Emmenbrücke
 Sonnen Apotheke
 Emmen Apotheke
6030 Ebikon
 Apotheke Dr. Fasel
6048 Horw
 Apotheke Dr. Fasel
6060 Sarnen
 Löwen Apotheke
6130 Willisau
 Apotheke G. Kaufmann
6170 Schüpfheim
 Apotheke-Drogerie

und Leserinnen des Beobachters nutzen (siehe Gutscheine Seite 30)

Schüpfheim
6204 Sempach-Stadt
 Apotheke Faden
6210 Sursee
 St. Georgius Apotheke
 Apotheke Surseepark
6215 Beromünster
 St. Michaels Apotheke
6280 Hochdorf
 TopPharm Apotheke
 Maunz
6300 Zug
 Zug Apotheke
 Metalli Apotheke
 Bahnhof Apotheke
6312 Steinhausen
 Apotheke Drogerie
 Parfumerie
6341 Baar
 Rathaus Apotheke
6431 Schwyz
 Hofmatt Apotheke
6440 Brunnen
 Ruetli Apotheke

PLZ 7000

7000 Chur
 Montalin Apotheke
 Steinbock Apotheke
 St. Martins Apotheke
7013 Domat/Ems
 Domat Apotheke
7017 Flims
 Apotheke Flims
7130 Ilanz
 Apoteca-Drogheria
 St. Nikolaus Apotheke
7250 Klosters
 Helios Apotheke
7304 Maienfeld
 Apotheke Bad Maienfeld
7320 Sargans
 Apotheke und Drogerie
7460 Savognin
 Apoteca Son Mitgel
7550 Scuol
 Apoteca & Drogaria

PLZ 8000

8000 Zürich
 Bellevue Apotheke
 Apotheke Stadelhofen
 Leonhards Apotheke
 Apotheke Wiedikon
 Bären Apotheke
 Zweier Apotheke
 Helvetiaplatz Apotheke

Sihlfeld Apotheke
 Apotheke zum
 Pilgerbrunnen
 Industrie Apotheke
 Apotheke Sammet
 Limmatplatz Apotheke
 Klus Apotheke
 Kreuz Apotheke
 Minerva Apotheke
 Carmen Apotheke
 Apotheke Milan
 Apotheke zur Bleiche
 Zehntenhaus Apotheke
 Apotheke Affoltern
 Albis Apotheke
 Apotheke Utogrund
 Triemli Apotheke
 & Drogerie
 Apotheke Schafroth
 Apotheke Altstetten
 Neumarkt Apotheke
 Apotheke im Brühl
 Apotheke Höngg
 Apotheke 11
 Eulen Apotheke
 Apotheke zum Mörser
 Apotheke 12
 Niklaus Apotheke
 Landhus Apotheke
 Falken Apotheke
 Looren Apotheke
 Heuried Apotheke
 Apotheke Dr. Landolt
 Löwen Apotheke
 Apotheke Unterstrass
 Limatt Apotheke
 Bernina Apotheke
 Apotheke Drogerie
 Brunaupark
8105 Regensdorf
 Zentrums Apotheke
8125 Zollikerberg
 Globomedica
8152 Glattbrugg
 Glattal Apotheke
8157 Dielsdorf
 Apotheke zum
 Gerichtshaus
8180 Bülach
 Büli Apotheke Parfumerie
 Linden Apotheke
8200 Schaffhausen
 Ritter Apotheke
 Apotheke «Zum Rüden»
 Bahnhof Apotheke
 Apotheke im
 Herblingermarkt
8212 Neuhausen
 Volksapotheke «im Dorf»

Zentral Apotheke
8260 Stein am Rhein
 Apotheke zum
 Mohrenkönig
8280 Kreuzlingen
 Karussell Apotheke
8280 Kreuzlingen
 Stadt Apotheke
8302 Kloten
 Rex Apotheke
8303 Bassersdorf
 Rosengarten Apotheke
8304 Wallisellen
 Bahnhof Apotheke
8320 Fehraltorf
 Linden Apotheke
8330 Pfäffikon ZH
 Apotheke Russenberger
8355 Aadorf
 Aadorf Apotheke-Drogerie
8400 Winterthur
 Altstadt Apotheke
 Neuwiesen Apotheke-
 Drogerie
 Adler Apotheke
 Rathaus Apotheke
 Oberi Apotheke
 Park Apotheke-Drogerie
 Post Apotheke
 Zentrum Apotheke
 Apotheke Wülflingen
 Deutweg Apotheke
8494 Bauma
 Tösstal Apotheke
8500 Frauenfeld
 Apotheke im
 Schlosspark
 Passage Apotheke
 Rathaus Apotheke
 Schloss Apotheke
 Parfumerie
8570 Weinfelden
 Apotheke Aemisegger
 Apotheke Dr. Hörmann
8580 Amriswil
 Central Apotheke

8590 Romanshorn
 Bahnhof Apotheke
8600 Dübendorf
 City Apotheke
8604 Volketswil
 Zentrum Apotheke
 Volketswil
8610 Uster
 Apotheke-Drogerie Illuster
 Apotheke im Bahnhof
8620 Wetzikon ZH
 Bahnhof Apotheke
 Oberland Apotheke
8630 Rüti ZH
 Apotheke-Drogerie
 Märtegg
8634 Hombrechtikon
 Mistel Apotheke
8636 Wald ZH
 Apotheke Wald
8645 Jona
 Apotheke Jona
8700 Küsnacht ZH
 Apotheke Hotz
8703 Erlenbach
 Schwanen Apotheke
8708 Männedorf
 Apotheke Männedorf
8712 Stäfa
 Kranich Apotheke
8800 Thalwil
 Gotthard Apotheke
8803 Rüschlikon
 Glärnisch Apotheke
8805 Richterswil
 Paracelsus Apotheke
8810 Horgen
 Apotheke & Drogerie zum
 Erzberg
 Central Apotheke
8853 Lachen SZ
 Apotheke Dr. Bruhin
8862 Schübelbach
 Schwanen Apotheke
8890 Flums
 Sonnen Apotheke

8910 Affoltern am Albis
 Vitalis Apotheke GmbH
8952 Schlieren
 Apotheke Lilie Zentrum
8953 Dietikon 1
 City Apotheke
8953 Dietikon
 Lilien Apotheke
8953 Dietikon
 Löwen Apotheke
8954 Geroldswil
 Apotheke A. Rochat
8965 Berikon
 Apotheke Mutschellen

PLZ 9000

9000 St. Gallen
 St. Jakob Apotheke
 Multergass Apotheke
 Rathaus Apotheke
 Löwen Apotheke
 Gallus Apotheke
 Hecht Apotheke
 Stern Apotheke
 Bruggen Apotheke
9100 Herisau
 Apotheke zur Eiche
9200 Gossau
 Säntis Apotheke
9220 Bischofszell
 Apotheke Bischofszell
9230 Flawil
 Ameisen Apotheke
9403 Goldach
 Goldach Apotheke
9430 St. Margrethen
 Apotheke im Rheinpark
9450 Altstätten
 Sternen Apotheke
9494 Schaan
 Laurentius Apotheke
9500 Wil
 Löwen Apotheke
9642 Ebnat-Kappel
 Gill Apotheke

Hand aufs Herz

Kennen Sie Ihr Infarkt-Risiko?
 Jetzt in Ihrer Fachapotheke testen.

