

Umfrage: Greifen Sie auf Fleischersatzprodukte zurück?

Mit *hallo* Wochenende einen **50-Euro-Gutschein** gewinnen

VON KATHARINA WINKELMEIER

Gifhorn. Die Nachfrage nach Fleischersatzprodukten ist in den letzten Jahren rasant gestiegen. Ob aus ethischen, gesundheitlichen oder ökologischen Gründen – immer mehr Menschen greifen zu pflanzlichen Alternativen. Was einst als Nischenprodukt für Vegetarier galt, ist mittlerweile ein fester Bestandteil vieler Supermarktregale und Speisekarten.

Laut aktuellen Marktforschungen hat der Umsatz mit Fleischalternativen in Deutsch-



Burger mit veganem Patty – eine beliebte Alternative

FOTO: CHRISTIAN BEHRENS



Direkt zur Umfrage: Einfach den QR-Code mit dem Handy scannen.

land im Jahr 2024 erstmals die Zwei-Milliarden-Euro-Marke überschritten. Besonders beliebt sind Produkte wie vegane Burger, Würstchen, Aufschnitt oder Hack auf Basis von Soja, Erbsenprotein oder Pilzkulturen.

Ihre Meinung zählt!

Wir möchten gern von Ihnen wissen: Greifen Sie häufiger mal auf Fleischersatzprodukte zurück? Machen Sie mit bei unserer Umfrage. Scannen Sie dazu den QR-Code. Mit ein bisschen

Glück gewinnen Sie einen 50-Euro-Gutschein von Expert.

Ergebnis der letzten Wochenumfrage

In der letzten Woche wollten wir von Ihnen wissen, Ob Sie Obst

noch selbst verarbeiten. Das sind die Antworten:

- 88,0 Prozent sagten: Klar, alles schmeckt besser mit Früchten aus dem eigenen Garten.
- 12,0 Prozent sagten: Nein, dafür habe ich leider keine Zeit.

ANZEIGE

Spröde Fingernägel: Was wirklich hilft!



Ihre Nägel sind spröde, weich oder reißen ein? Wir haben uns angesehen, was dahintersteckt und was man dagegen tun kann.

Wer zu spröden oder rissigen Nägeln neigt, fühlt sich in der Öffentlichkeit oft unwohl. Auch wenn die Frisur gut sitzt und das Outfit perfekt passt – die Hände werden lieber versteckt. Viele fürchten

auch, ungepflegt zu wirken und suchen nach schneller Hilfe. Doch selbst detaillierte Pflegeroutinen etwa aus dem Internet oder zunächst vielversprechende Tipps aus dem Bekanntenkreis bringen oft keine Verbesserung. Was viele nicht wissen: Hinter brüchigen Nägeln steckt meist mehr als bloß mangelnde Pflege – ein genauer Blick auf mögliche Ursachen lohnt sich.

Ursachen für spröde Nägel

So können äußere Umstände wie häufiges Händewaschen oder der Kontakt mit Desinfektions- und Putzmitteln dazu beitragen, dass Ihre Nägel austrocknen und in weiterer Folge einreißen. Häufig steckt aber auch ein Ungleichgewicht im Vitamin- und Mineralstoffhaushalt dahinter und der Nagel ist von vorn-

herein bereits geschwächt und spröde.

Konkret geht es dabei um die folgenden Nährstoffe:

- **Silizium** findet sich in Kieselerde und Goldhirse wieder. Besonders letztere war bereits im Mittelalter als „**Schönheitskorn**“ bekannt.
- **Zink** und **Selen** zum Erhalt normaler Nägel.
- **MSM** (Schwefel) als wichtiger Strukturbaustein.

Optimale Nährstoffversorgung

Um die Nagelwurzeln wieder ideal zu versorgen, ist ein Ausgleich mit Nahrungsergänzungsmitteln sinnvoll. Produkte zur Nahrungsergänzung gibt es unzählige. Umso wichtiger ist es da, wenn Pharmazeuten eine klare Empfehlung für ein bestimmtes Präparat aussprechen, der man vertrauen kann: Besonders häufig wird hier Dr. Böhm® Haut Haare Nägel genannt, das seit Jahren meistverkaufte Präparat für feste Nägel.* Das Qualitätsprodukt aus Österreich enthält neben wichtigen Spurenelementen vor allem Silizium, hochreines MSM und Selen in sinnvoller Dosierung und wird nach höchsten Arzneimittelstandards produziert.

Die Tabletten sind auch in unseren deutschen Apotheken erhältlich und begeistern hierzulande schon tausende Anwender mit spür- und sichtbaren Ergebnissen.

*Apothekenabsatz Mittel für Haare und Nägel lt. IQVIA Österreich OTC Offtake MAT 06/2025

APOTHEKEN-TIPP bei spröden Nägeln



Nahrungsergänzungsmittel

Eine Zusammensetzung, die Apotheker und Anwender überzeugt:

- ✓ Zink und Selen für den Erhalt normaler Nägel
- ✓ Hochdosierte Kieselerde & Goldhirse liefern Silizium
- ✓ Ergänzt durch natürlichen Schwefel (MSM) und weitere Spurenelemente

Für Ihre Apotheke

PZN: 15390975, 60 Stk. UVP 19,90 €
PZN: 19485477, 180 Stk. UVP 49,90 €