

Jetzt an Sommerreifen denken und attraktive Preise sichern!



Umrüsten leicht gemacht!

Winterrädereinlagerung incl. Prüfen und Waschen!

Schick in den Sommer mit Alufelgen in großer Auswahl!



Auto + Reifen ENZI

Dieter Enzi u. Mario Enzi GbR

Röten 171 • 98669 Heßberg

Telefon: 0 36 85 / 70 02 66



Kfz-Meisterbetrieb

Marko Krannich

An der Gromauer 24 • 98673 Eisfeld • Tel.: 0 36 86 / 30 18 23 • Fax: 30 14 83

Mobil-Telefon: 01 72 / 3 65 97 95

- Fahrzeugreparaturen aller Art
- TÜV, AU (Montag & Donnerstag)
- Klimageservice
- Reifenservice • Lackierung
- Neu- und Gebrauchtwagen
- Unfallinstandsetzung und Abwicklung
- Achsvermessung

Magen-Darm-Probleme durch Milchzucker

Nahrungsmittelunverträglichkeit clever ausbremsen

Anzeige: WLM. Nach dem Essen ist der Bauch aufgebläht und drückt, später stellen sich oft schmerzende Magenkrämpfe ein. Manchmal kommt Übelkeit hinzu, vielfach sogar Durchfall. Und dann diese dauernde Müdigkeit, diese Erschöpfung! Wer solche Symptome bei sich feststellt, macht sich verständlicherweise Sorgen. Doch in vielen Fällen steckt dahinter keine schwerwiegende Erkrankung, sondern eine Unverträglichkeit gegenüber Lactose, dem Milchzucker. Die Folgen einer solchen Unverträglichkeit können jetzt mit einer neuen, cleveren Rezeptur ausgebremst werden.

In Deutschland vertragen etwa 20 bis 25 Prozent der Bevölkerung keine Milch oder Milchprodukte. Ihnen fehlt das Enzym „Lactase“, das den Milchzucker in zwei einfacher verwertbare Bestandteile aufspaltet. Für diese Bevölkerungs-

Lactase 3000“ rezeptfrei in Drogerien erhältlich ist. Zusammen mit der lactose-haltigen Mahlzeit oder kurz davor eingenommen, beginnen die in den Tabletten enthaltenen natürlichen Lactase-Enzyme schon Minuten später mit der Arbeit und spalten im Magen den aufgenommenen Milchzucker in seine verwertbaren Bestandteile. Der für die Beschwerden verantwortliche Gärprozess im Dickdarm wird somit verhindert und Symptomen wie Blähungen, Magenkrämpfen und Durchfall vorgebeugt. Die Magen-Darm-Probleme tauchen in der Regel gar nicht erst auf. Der Spaß an gutem Essen kehrt zurück und sogar Milch und Milchprodukte werden wieder zum Genuß. Gleichzeitig wird die Versorgungssituation des Körpers verbessert, da wieder mehr Lebensmittel mit wertvollen Vital- und Nährstoffen konsumiert werden können. Auch die anderen negativen Begleiterscheinungen wie Müdigkeit und Erschöpfung bessern sich durch eine individuelle Lactase-Zufuhr aus dem praktischen Klickspender vielfach schon nach wenigen Tagen. Eine einfache Möglichkeit also, sich Schmerzen und Probleme zu ersparen und zurückzufinden zu Gesundheit und Genuß.

Hilfreiche Infos dazu unter www.vitalstoffe-lexikon.de



gruppe ist eine nährstoffreiche und vor allem genußvolle Ernährung oftmals sehr schwierig, denn bei ihr gelangt Milchzucker ungespalten in den Dickdarm und wird dort vergoren. Es entstehen unter anderem Gase wie z. B. Methan und Kohlendioxid. Unangenehme Blähungen sind die Folge sowie in vielen Fällen spontane, stark flüssige und schmerzhafte Durchfälle. Treten diese Durchfälle gehäuft auf, kann es zu einer Reizung der Darmschleimhaut kommen und damit leidet die Versorgung des Körpers mit Vitaminen und wichtigen Nährstoffen. Das ist auch der Grund für die vielfach parallel dazu auftretenden Symptome wie chronische Müdigkeit, innere Unruhe, Schwindelgefühl, Schweißausbrüche, Nervosität, Akne oder mangelnde Konzentrationsfähigkeit.

Clever: Lactase zuführen – Probleme vermeiden

Milchzucker komplett zu vermeiden, ist äußerst schwierig. Denn ob Brot, Fertiggerichte, Würzmischungen, Teigwaren, Schokolade, Wurst oder Fleisch – viele Lebensmittel kommen ohne Lactase nicht aus. Ein Ausweg aus der Lactose-Problematik eröffnet sich durch die Möglichkeit, das fehlende Enzym Lactase von außen zuzuführen. Hierzu haben Wissenschaftler der taxofit-Vitalstoff-Forschung ein neues cleveres Präparat konzipiert, das seit kurzem unter dem Namen „taxofit

SX4 CLASSIC city+



Way of Life!

WENIGER

rechnen dank 148,- EUR pro Monat^{1,2} für den Suzuki SX4 Classic „city+“.

Was will man

MEHR



- 1.6-Liter-Benzinmotor mit 88 kW (120 PS)
- Kraftstoffverbrauch: innerorts 7,9 l/100 km, außerorts 5,1 l/100 km, kombinierter Testzyklus 6,2 l/100 km; CO₂-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 141 g/km (VO EG 715/2007)
- Sitzheizung, Alufelgen, BC, NSW, Navigationssystem und Metallic-Lackierung serienmäßig

Aktionszeitraum: 1.4. – 30.6.2013. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

¹ Der monatliche Betrag von 148,00 EUR ergibt sich aus der Leasingrate in Höhe von 99,00 EUR und einer Versicherungsprämie von 49,00 EUR.

² Leasingbeispiel für einen Suzuki SX4 Classic „city+“ auf Basis des Endpreises in Höhe von 17.990,00 EUR, bei einer Anzahlung in Höhe von 3.438,11 EUR, Fahrleistung 10.000 km/Jahr, Laufzeit 36 Monate, Leasingart: Kilometerleasing. Ein Leasingangebot der Suzuki Leasing – ein Service-Center der Santander Leasing GmbH.

³ 3 Jahre Vollkaskoversicherung mit Selbstbeteiligungen Vollkasko 500,00 EUR, Teilkasko 150,00 EUR. Deckungssummen für Personen-, Sach- und Vermögensschäden 100 Mio EUR pauschal, max. 12 Mio EUR je geschädigter Person. Ein Angebot der Helvetia Schweizerische Versicherungsgesellschaft AG.



Autohaus AHAG mbH Suzuki-Vertragshändler

Ilmenauer Straße 53, 98553 Schleusingen, Tel. 03 68 41 / 351 -0 Fax 03 68 41 / 4 10 18, e-mail: autohaus-ahag@t-online.de, www.ahag24.de

Buchlesung im Zweiländermuseum



Buchlesung mit dem Historiker Gert Stoi. Foto: Museum

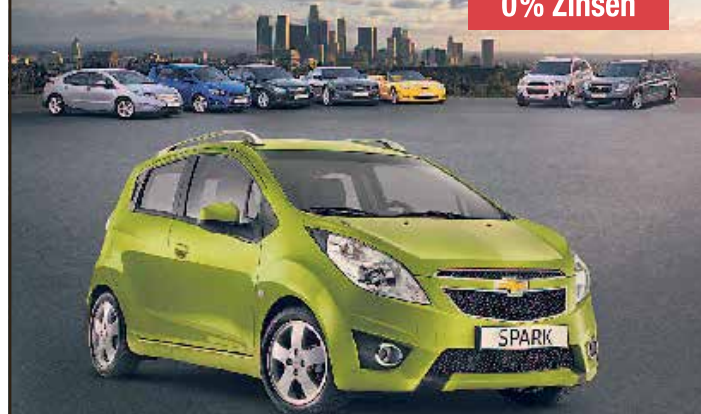
beit leisten. Den unmenschlichen Lagerbedingungen fielen zahlreiche Häftlinge zum Opfer. 169 Opfer ruhen auf dem städtischen Friedhof. Bei der Auflösung des Lagers wurden schwerkranke Häftlinge in einem Stollen erschossen und der Eingang dann zugesperrt. Gert Stoi hat Berichte von Überlebenden gesammelt und in seinem Buch niedergeschrieben. Der Vortrag war emotional sehr bewegend. Er selbst hat teilweise enge Kontakte zu ehemaligen Lagerinsassen aufgebaut, was seine Erzählungen sehr anschaulich und lebhaft wirken ließ.

Zu einer weiteren Buchlesung lädt das Zweiländermuseum Rodachtal am Freitag, dem 12. April 2013, um 19 Uhr ein.

In seinem Romandebüt erzählt Otto von der Weth die frei erfundene Geschichte eines Ost-West-Liebespaars an der Grenze zwischen Südthüringen und Oberfranken von den fünfziger Jahren bis zur Wiedervereinigung. Eintritt: 2,50 Euro.

STARK, SPART, SPARK!

0% Anzahlung
0% Zinsen



CHEVROLET SPARK

Der trendige City-Partner mit 5 Türen und 6 Airbags.

Für **89,90 €**¹ im Monat

Chevrolet Spark 1.0 LS

- 6 Airbags
- ISOFIX
- ESP
- Radio CD/MP3 USB



98646 Hildburghausen
☎ (0 36 85) 40 53 13

Weitere Info's erhalten Sie auch über:
www.autohaus-staffel.de



¹ Finanzierungsangebot für den Chevrolet Spark 1.0 LS: Zu leistende Anzahlung € 0,-, Gesamtbetrag der Finanzierung € 7.911,20, Laufzeit 48 Monate, 47 Monatsraten à € 89,90, Schlussrate € 3.596,-, Netto-Darlehensbetrag € 7.911,20, effektiver Jahreszins 0,0 %, Sollzinssatz p.a. (gebunden für die gesamte Laufzeit) 0,0%, Bearbeitungsgebühr € 0,-, Kaufpreis bei Finanzierung (inkl. USt.) € 7.911,20. Ein Finanzierungsangebot der BDK-Bank für die das Autohaus Staffel als ungebundener Vertreter tätig ist. Bonität vorausgesetzt. Nach Vertragsabschluss steht Ihnen ein gesetzliches Widerrufsrecht zu. Nicht kombinierbar mit anderen Angeboten, Rabatten und Aktionen. Gültig bis 30.04.2013. Nur für sofort verfügbare Bestandsfahrzeuge, Modelljahr 2012. Abbildung zeigt Fahrzeug mit Sonderausstattung.

Spark 1.0 LS: Kraftstoffverbrauch (l/100 km) innerorts / außerorts / kombiniert: (MT) 6,6/4,1/5,0; CO₂-Emission, kombiniert (g/km): (MT) 118 (gemäß Verordnung EG-VO 715/2007). Effizienzklasse: D.

Alle Ausgaben der Südthüringer RUNDSCHAU finden Sie auch unter www.suedthueringer-rundschau.de

Der neue FORD KUGA.

AB SOFORT BEI UNS



powered by Ford EcoBoost



Abbildung zeigt Wunschausstattung gegen Mehrpreis.

FORD KUGA TREND

Audio CD, Berganfahrassistent, Torque Vectoring Control, Ford Power-Startfunktion, Bordcomputer, Fensterheber elektr. vorn und hinten, Nebelscheinwerfer, Zentralverriegelung mit Fernbedienung, Geschwindigkeitsregelanlage

Bei uns für

€ **19.900,-**²



Kraftstoffverbrauch (in l/100 km nach VO (EG) 715/2007: Ford Kuga: 8,3 (innerorts), 5,6 (außerorts), 6,6 (kombiniert); CO₂-Emissionen: 154 g/km (kombiniert).



Autohaus M. Staffel GmbH & Co. KG

Wiedersbacher Straße 22
98646 Hildburghausen
Telefon: 0 36 85 / 7 97 70

¹Quelle: www.euroncap.com; 11/2012

²Privatkunden-Angebot gilt für einen Ford Kuga Trend 1,6 l 2x4 EcoBoost-Motor 110 kW (150 PS).