

Winter 2016/2017

Das Kundenmagazin zum Thema Darmgesundheit

# DARM *gesund*

Special:  
Parkinson und  
Verstopfung

- Verdauung und Lebensalter!
- Verdauungsprobleme bei Kindern!

# Verstopfung?

*Ich kann, wann ich will!*

## Eine 5-Sterne-Therapie gegen Verstopfung

**Schnell**, weil die Wirkung von Lecicarbon®-Mikrobläschen nach 15–30 Minuten eintritt

**Sanft**, weil Lecicarbon®-Mikrobläschen direkt am Ort des Geschehens ansetzen, ohne den Körper und das Kreislaufsystem zu belasten

**Sicher**, weil die Lecicarbon®-Mikrobläschen direkt den Abführreflex anregen

**Keine Nebenwirkungen**, weil Lecicarbon®-Mikrobläschen aus natürlichem Kohlendioxid bestehen

**Keine Gewöhnung** auch nicht bei Langzeiteinnahme, weil Lecicarbon®-Mikrobläschen die normalen Darmreflexe reaktivieren

[www.lecicarbon.de](http://www.lecicarbon.de)



... auch für Kinder, Säuglinge  
und in der Schwangerschaft  
geeignet! ★★★★★

Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker nach

## Lecicarbon®

Lecicarbon® E / K / S CO<sub>2</sub>-Laxans

Anwendungsgebiete: Zur kurzfristigen Anwendung bei verschiedenen Ursachen der Stuhlverstopfung, z. B. bei schlackenarmer Kost oder mangelnder Bewegung sowie bei Erkrankungen, die eine erleichterte Stuhlentleerung erfordern. Zur Darmentleerung bei diagnostischen oder therapeutischen Maßnahmen im Enddarmbereich.

Lecicarbon® kann auch zusätzlich angewendet werden, wenn vorher andere Abführmittel erfolglos genommen wurden. Enthält (3-sn-Phosphatidyl)cholin (Sojalecithin). Packungsbeilage beachten.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.



## Liebe Leserinnen und Leser,

herzlich willkommen zur Winterausgabe von **DARMgesund**.

Wir informieren Sie kompetent und alltagstauglich zum Thema Darmgesundheit und würden uns freuen, Ihnen auch mit diesem Heft wieder wertvolle Anregungen zur schonenden Hilfe bei Durchfall oder Verstopfung geben zu können.

Mit dieser Ausgabe schauen wir anfangs auf den Zusammenhang von Verdauung und Lebensalter, denn jede Lebensphase hat ihre spezifischen Verdauungsprobleme. Anschließend geht es um Durchfall oder Verstopfung bei Kindern und die Möglichkeiten der Eltern, bei diesen unangenehmen Beschwerden für ihre Kleinen zu sorgen.

Im Spezialteil thematisieren wir chronische Verstopfung im Zusammenhang mit Morbus Parkinson, eine Begleiterscheinung, an der ein Großteil der Erkrankten leidet.

In der nächsten Ausgabe von **DARMgesund** wird es unter anderem um zwei häufiger vorkommende Beschwerden gehen: zum einen um Verstopfung in der Schwangerschaft und zum anderen um Verstopfung bei der Krebstherapie.

Wir wünschen Ihnen nun viele neue Erkenntnisse beim Lesen, einen geruhsamen Jahreswechsel und einen guten Start in das neue Jahr.

Ihre Redaktion von **DARMgesund**

### IMPRESSUM

athenstaedt GmbH & Co. KG, Am Beerberg 1, 35088 Battenberg (Eder), Tel.: +49 6452 92 942-0, pharma@athenstaedt.de, www.athenstaedt.de, USt-IdNr. DE 114 521 354, athenstaedt GmbH & Co. KG, HRA Marburg 4750, athenstaedt group gmbh, HRB Marburg 6364, Geschäftsführer: Stefanie E. Sponholz, Thorsten Sponholz, Aufsichtsbehörde: Regierungspräsidium Darmstadt.  
Titelbild: © Adobestock-Silke Wedler, Weitere Bilder: Fotolia.com: S. 3: ©drubig-photo, S. 4: ©Yuri Arcurs, S. 5: Verstopfung: ©Murat Subattli, S. 6: ©Sergiy Bykhunenko, S. 7, Special: ©Robert Kneschke - Fotolia.com)

## Jedes Alter hat seine Verdauungsprobleme!

Im Säuglingsalter befindet sich die Darmflora erst im Aufbau und muss dennoch schon alle drei bis vier Stunden eine volle Mahlzeit verarbeiten. Da wundert es nicht, dass es immer mal wieder zu Beschwerden z. B. Blähungen oder Verstopfung kommen kann.

Bei Kindergarten- und Schulkindern hingegen gestaltet sich die Sache schon komplexer, da in diesem Alter das Essen oft „querbeet“ eingenommen und meist nicht ausreichend gekaut wird. Da die Darmflora von Kindern noch nicht stabil ist, kann eine vorübergehende Verstopfung die Folge sein. Eltern können mit gutem Beispiel vorangehen und ihre Mahlzeiten in Ruhe einnehmen.

Erwachsene leiden laut Statistik häufig an Durchfall, ausgelöst durch psychischen Stress. In unserer schnelllebigen Zeit ist dies auch kein Wunder, und doch wird eher „das falsche Essen“ als Grund für eine Verdauungsstörung angeführt. Stress kann jedoch auch im Urlaub auftreten, etwa durch den Ortswechsel an sich sowie durch unbekannte

Speisen. Hier braucht der Darm lediglich etwas Zeit, um sich daran zu gewöhnen.

Alte Menschen sind durch die tendenzielle Abnahme ihrer Verdauungskräfte sowie die Einnahme von Medikamenten häufig von Darmbeschwerden betroffen. Die Umstellung alter Ernährungsgewohnheiten sowie ausreichend körperliche Bewegung leisten hier oft gute Dienste.

Fragen Sie Ihre Apothekerin oder Ihren Apotheker nach schonender Hilfe bei Verstopfung und Durchfall in jedem Lebensalter. Kohlendioxid-Zäpfchen z. B. beseitigen Verstopfung nicht nur bei Erwachsenen, sondern auch bei Säuglingen und Kindern und sogar in der Schwangerschaft schnell, sanft und sicher. Und Apfelpulver gegen Durchfall schmeckt sogar Kindern.



## THEMA VERSTOPFUNG

### Verstopfung bei Kindern

Verstopfung bei Kindergarten- und Schulkindern ist nicht selten, in der Regel aber eine harmlose und gut zu therapierende Verdauungsstörung!

Ein entscheidendes Problem bei der Behandlung ist allerdings die Tatsache, dass die Eltern oft über einen längeren Zeitraum gar nichts von der Verstopfung ihres Kindes bemerken. Daher gilt es, auf eine Reihe von Anzeichen zu achten, die auf eine mögliche Obstipation hinweisen.

Wenn das Kind weniger als zwei Mal pro Woche sein „großes Geschäft“ erledigt, über kurz anhaltende, aber regelmäßige Bauchschmerzen bzw. Schmerzen beim Stuhlgang klagt oder den Stuhl drang bewusst zurückhält, kann eine Verstopfung vorliegen, und das Eingreifen der Eltern wird erforderlich.

Einfache Mittel aus der Apotheke können dann schnell für Erleichterung sorgen.

Sollte Ihr Kind also hin und wieder mit einer Verstopfung zu tun haben, so empfiehlt sich ein vertrauensvolles Gespräch mit Ihrem Arzt. Er berät Sie gern zu den verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten.



Informationen zur schonenden Behandlung von Verstopfung bei Kindern und einen PDF-Ratgeber zum Herunterladen finden Sie hier:  
[www.darmgesund.info](http://www.darmgesund.info),  
Menüpunkt: Verstopfung.

Weitere Informationen auch unter: [www.darmgesund.info](http://www.darmgesund.info)

## THEMA DURCHFALL

### Durchfall bei Kindern

Nach Erkältungen ist plötzlicher Durchfall das zweithäufigste Krankheitsbild bei Kindern.

Durchfallerkrankungen bei Kindern sind keine Seltenheit. Zum einen ist das kindliche Immunsystem noch nicht so effektiv in seiner Abwehrleistung gegen Krankheitserreger. Zum anderen ist die Ansteckungsgefahr durch den direkten Kontakt zu anderen Kindern im Kindergarten oder in der Schule hoch.

Die weitaus häufigste Ursache ist eine Magen-Darm-Infektion, die durch Viren oder Bakterien ausgelöst wird. Bisweilen kann der Durchfall auch auf den übermäßigen Verzehr bestimmter Lebensmittel, z. B. Obst, zurückzuführen sein oder er tritt als Reaktion des kindlichen Körpers auf Erkältungen, Mittelohrentzündung oder andere fieberhafte Infekte auf.

Zunächst sollten Sie bei einem akuten Durchfall darauf achten, dass das Kind genug Flüssigkeit bekommt. Dauern die Durchfälle länger

als drei Tage an oder treten Komplikationen wie häufiges Erbrechen oder hohes Fieber auf, sollten Sie Kontakt mit Ihrem Kinderarzt aufnehmen.

In den meisten Fällen ist ein Durchfall im Kindesalter aber nur eine kurzfristige Gesundheitsstörung, deren Symptome sich auch mit traditionellen Heilmitteln gut lindern lassen. So sind geriebene Äpfel seit jeher als Hausmittel gegen Durchfall bekannt.



Informationen zur schonenden Behandlung von Durchfall bei Kindern und einen PDF-Ratgeber zum Herunterladen finden Sie hier: [www.darmgesund.info](http://www.darmgesund.info), Menüpunkt: Durchfall.

Weitere Informationen auch unter: [www.darmgesund.info](http://www.darmgesund.info)

## SPECIAL MORBUS PARKINSON

### Morbus Parkinson und Verstopfung

Ca. 80 % der Patienten mit einem Parkinsonsyndrom leiden an einer dauerhaften Verstopfung.

Verstopfung ist eine häufige und lästige Begleiterscheinung im Laufe einer Parkinsonerkrankung. Dafür gibt es im Wesentlichen drei Gründe: die Bewegung der Darmmuskulatur ist durch die Krankheit selbst verringert, der allgemeine Bewegungsmangel – als Folge der Krankheit – begünstigt eine Darmträgheit und die meisten Parkinsonmedikamente weisen Verstopfung als die zentrale Nebenwirkung auf. Für die gute Aufnahme der Medikamente ist allerdings eine geregelte Verdauung notwendig.

Achten Sie daher darauf, dass Sie mindestens alle drei Tage, besser noch alle zwei Tage, den Darm entleeren können. Führen konventionelle Maßnahmen wie ausgewogene Ernährung, ausreichende Bewegung und genügend Flüssigkeitsaufnahme nicht zum gewünschten Erfolg, sollten Sie nicht zu lange zögern, ein

Abführmittel einzusetzen. Prüfen Sie dabei aber sorgfältig, welches Therapiekonzept gerade in der Langzeitbehandlung Ihren Gesamtorganismus schont, aber dennoch immer wieder schnell und sicher, ohne Nebenwirkungen und ohne Gewöhnung, für „Erleichterung“ sorgt.

Fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker nach den unterschiedlichen Behandlungsansätzen bei chronischer Darmträgheit in Zusammenhang mit einer Parkinsonerkrankung. Er berät Sie gern.



Informationen zur schnellen und sanften Hilfe bei Verstopfung im Zusammenhang mit Morbus Parkinson finden Sie auch hier: [www.darmgesund.info](http://www.darmgesund.info), Menüpunkt: Verstopfung.

Weitere Informationen auch unter: [www.darmgesund.info](http://www.darmgesund.info)



So hilft die Natur!

# Aus Apfel wird Aplona®

... schonender lässt sich **Durchfall**  
kaum behandeln

- Einfach in der Anwendung im Portionsbeutel
- Ein Naturprodukt in moderner Darreichungsform
- Traditionelles pflanzliches Arzneimittel
- Ohne bekannte Nebenwirkungen

Inhalt eines Portionsbeutels einfach in frisch abgekochtes trinkwarmes Wasser oder dünnen Tee einrühren. 5 - 10 Minuten stehen lassen.

**Aplona® schmeckt angenehm nach Apfel!**



## **Aplona®-Apfelpulver zur Herstellung einer Suspension zum Einnehmen**

Aplona® Wirkstoff: Apfelpulver, getrocknet

Traditionell angewendet: Zur Besserung der Symptome bei akuten unkomplizierten Durchfallerkrankungen, neben einer ausreichenden Flüssigkeitszufuhr und Diätmaßnahmen. Hinweis: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung zur Besserung der Symptome bei akuten unkomplizierten Durchfallerkrankungen ausschließlich aufgrund langjähriger Anwendung.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

[www.aplona.de](http://www.aplona.de)

athenstaedt D - 35088 Battenberg (Eder)

Dieses Magazin wurde überreicht von: