

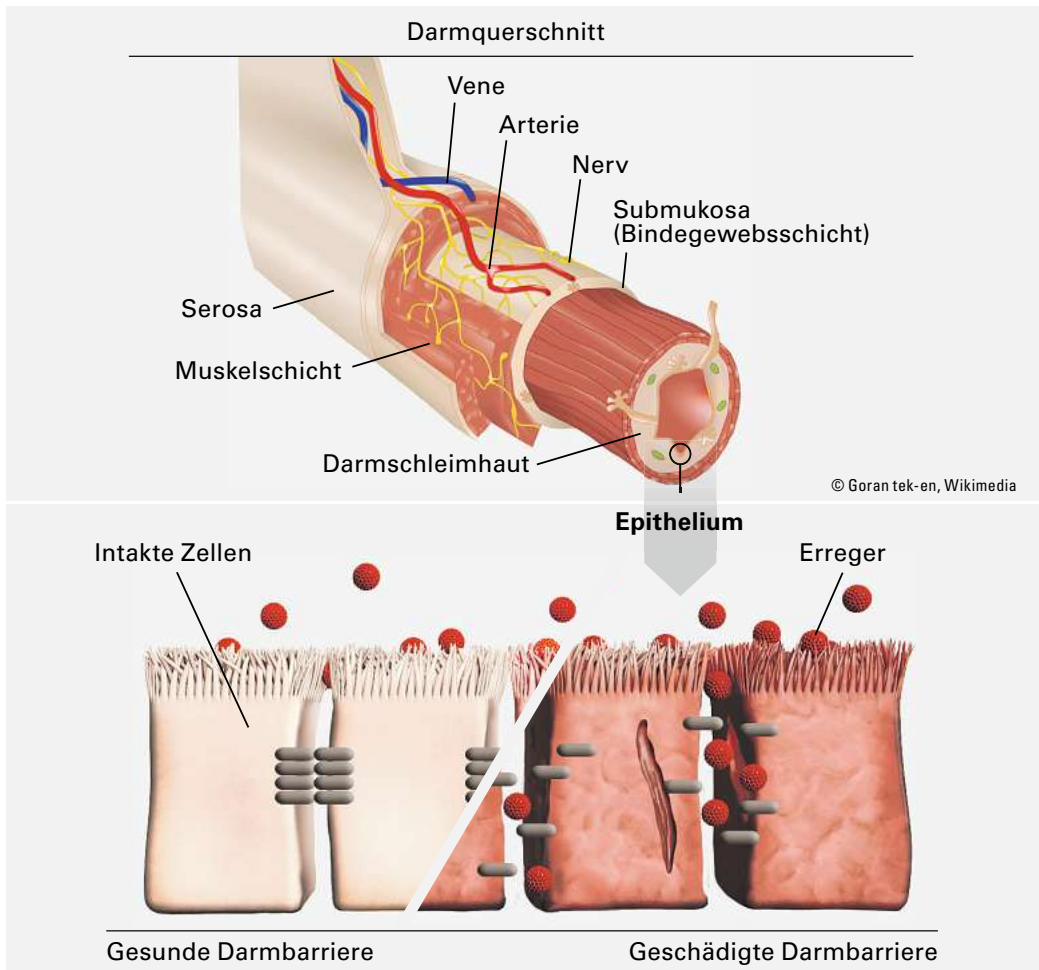
Volksleiden Reizdarm: Ist das die wahre Ursache?

Aktuelle Forschungsergebnisse könnten das Rätsel um das mysteriöse Volksleiden lösen

Es ist ein Rätsel, fast so alt wie die moderne Medizin selbst: Warum leiden so viele Erwachsene immer wieder unter Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen – ohne dass eine Ursache zu identifizieren ist? Bereits vor über 3000 Jahren beschrieb Hippokrates einen Patienten mit unerklärlichen Darmbeschwerden. Genau wie er tappten Ärzte und Wissenschaftler noch über Jahrhunderte, ja sogar Jahrtausende hinweg im Dunkeln – ohne herauszufinden, wodurch dieses mysteriöse Leiden ausgelöst wird. Während die Medizin riesige Fortschritte machte und durch die Entdeckung von Antibiotika, Impfungen sowie immer neuen Wirkstoffen selbst seltene Krankheiten behandelbar wurden, blieb die Ursache dieser wiederkehrenden Darmbeschwerden weiterhin unentdeckt. Mit der Zeit entwickelte sich für diese unerklärlichen Beschwerden das Bild des „gereizten Darms“, später formte sich der Begriff des Reizdarmsyndroms. Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse werfen ein neues Licht auf mögliche Ursachen – und machen zugleich Millionen Reizdarm-Betroffenen Hoffnung.

Was ist ein Reizdarmsyndrom?

Ein Reizdarmsyndrom äußert sich in wiederkehrenden Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Verstopfung, welche im Wechsel, in Kombination oder auch einzeln auftreten können und in ihrer Intensität, Häufigkeit und Dauer variieren. Für Betroffene stellt dies eine erhebliche Belastung im Alltag dar, die die Lebensqualität stark einschränken kann. Aktuelle Zahlen des Barmer Arztreports zeigen, dass sich dieses Beschwerdebild



Durch kleinste Schädigungen können Erreger und Schadstoffe in die Darmwand eindringen.

in den vergangenen Jahren zu einer echten Volkskrankheit entwickelt hat: Mittlerweile leiden schätzungsweise 11 Millionen Deutsche unter einem Reizdarm, Tendenz steigend.¹

Forschungsergebnisse zeigen mögliche Ursache

Aktuelle Studienergebnisse kommen nun zu dem Schluss, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache des Reizdarmsyndroms ist. So fanden amerikanische Forscher heraus, dass die Darmbarriere einer Patientengruppe mit wiederkehrenden Darmbeschwerden ungewöhnlich durchlässig, geradezu löchrig war. Wissenschaftler betitelten dies im Englischen mit dem Schlagwort „Leaky Gut“, auf Deutsch „durchlässiger Darm“. Durch

diese kleinsten Schädigungen der Darmbarriere können Erreger oder ungewünschte Stoffe in die Darmwand eindringen und das Darmnervensystem reizen – was zu den typischen Symptomen wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen führen kann.²

Durchbruch in der Forschung

Auf Basis dieser Erkenntnisse begab man sich auf die Suche nach einer wirksamen Lösung. Dabei stießen italienische Wissenschaftler auf einen ganz speziellen Bifido-Bakterienstamm: B. bifidum MIMBb75. Das Besondere: Dieser Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde.

Das Forscherteam stellte sich die folgende Frage: Konnten durch das Anlegen der Bakterien an die Darmbarriere die Schädigungen wie unter einem Pflaster abklingen – und in der Folge auch wiederkehrende Beschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen und Blähungen zurückgehen? Um eine Antwort auf diese Frage zu bekommen, führten sie eine

wissenschaftliche Studie nach dem höchsten wissenschaftlichen Standard, dem sogenannten Goldstandard, durch. Das Ergebnis war ebenso beeindruckend wie eindeutig: Bei den Patienten mit einem Reizdarm, die den speziellen Bakterienstamm bekommen hatten, konnte eine um ein Vielfaches höhere Verbesserung der Beschwerden festgestellt werden als in der Kontrollgruppe mit Placebo. Die Wirksamkeit des Bakterienstammes bei Reizdarmbeschwerden konnte demzufolge eindrucksvoll belegt werden.³

Erfahrungen mit B. bifidum HI-MIMBb75

Der Bakterienstamm B. bifidum MIMBb75 ist in seiner nochmals weiterentwickelten, hitzeinaktivierten Form exklusiv im Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO enthalten, das mittlerweile zu den meistverkauften Präparaten gegen Reizdarmbeschwerden in ganz Europa gehört.⁴ Dieser Erfolg spiegelt sich auch in vielen Nutzerbewertungen wider. So schrieb Nutzer Hugo B.: „Es half mir mit meinem Reizdarm echt super. Die Beschwerden hatte ich seit Jahren. Jetzt habe ich zum ersten Mal für längere Zeit 'Ruhe' im Darm!“. Der Bakterienstamm gilt zudem als gut verträglich, Neben- oder Wechselwirkungen sind nicht bekannt. Kijimea Reizdarm PRO ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich (PZN 15999676).

Stress begünstigt Darmbeschwerden

Wissenschaftliche Untersuchungen haben ergeben, dass Stress eine Schädigung der Darmbarriere verursachen, bzw. verstärken und somit wiederkehrende Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen verschlimmern kann.⁵ Es wird daher empfohlen, dass

sich Betroffene mit immer wieder auftretenden Darmbeschwerden bewusst Phasen der Entspannung verschaffen. Betroffene sollten auf ein effektives Stress-Management achten und sich, wenn möglich, immer wieder kurze Auszeiten gönnen, in denen sie zur Ruhe kommen.



Wie ein Pflaster für den gereizten Darm.



- ✓ Mit dem einzigartigen Bakterienstamm B. bifidum HI-MIMBb75
- ✓ Bei Reizdarmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen oder Blähungen
- ✓ Wirksamkeit bei Reizdarm klinisch belegt⁶

Für Ihre Apotheke:

Kijimea Reizdarm PRO
(PZN 15999676)

kijimea.de

Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Mal wieder eine schlechte Nacht gehabt? So starten Sie morgens wieder erholt in den Tag

Mehr als die Hälfte der Deutschen hat aktuell Probleme beim Einschlafen und rund 70 % leiden unter Durchschlafproblemen. Keine gute Nachricht: Betroffene kämpfen mit anhaltender Müdigkeit oder Erschöpfung und sind am Tag gereizt und unkonzentriert. Vielen sieht man es auch an: Die Haut ist fahl, tiefe Augenringe zeichnen sich ab und viele sehen dadurch vielleicht sogar älter aus als sie sind. Langfristig können Probleme beim Ein- oder beim Durchschlafen unseren Körper

sogar schwächen und ihn anfälliger für Krankheiten machen.

Entspannt durch die Nacht, erholt in den Tag

Experten zufolge ist es so, dass Betroffene oft denken, dass sie „nur“ schlecht schlafen können. Im Schlaflabor zeigt sich jedoch meist: Wer morgens gerädert aufwacht, hat nachts keine erholsame Tiefschlafphase gehabt. Wer also endlich wieder erholsam schlafen möchte, sollte laut Experten auf ein Schlafmittel setzen, das den

natürlichen Schlafrhythmus nicht stört, die Tiefschlafphase bewahrt und das Durchschlafen fördert. Um nervös bedingte Schlafstörungen wirksam zu behandeln, sollte ein Schlafmittel daher nicht nur beim Einschlafen helfen, sondern vor allem auch das Durchschlafen fördern.¹ Und genau das leistet Baldriparan – Stark für die Nacht.

Bewiesene Wirksamkeit ohne Gewöhnungseffekt

Seit über 65 Jahren empfehlen Experten das pflanzliche

Arzneimittel Baldriparan – Stark für die Nacht. Denn die Wirksamkeit des Baldrians ist wissenschaftlich in Studien belegt.² Entscheidend dabei ist die Dosierung. Nur Schlafmittel, die ausreichend Baldrianwurzelextrakt enthalten, können bei Schlafstörungen nachweislich helfen.



Baldriparan enthält extra hoch dosierten Baldrianwurzelextrakt. Besonders wichtig dabei: Das Schlafmittel macht trotzdem nicht abhängig, es entsteht kein Gewöhnungseffekt und die Schlafqualität wird auf natürliche Weise verbessert.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)



www.baldriparan.de

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • ²Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • Abbildungen Betroffener nachempfunden, Name geändert
BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing
11077101_002623