

Kreuzen Sie bitte jeweils eine richtige Antwort an und übertragen Sie diese auf den Antwortbogen.

1. Das Reizdarm-Syndrom ...

- A. erhöht die Gefahr von Darmkrebs.
- B. trifft häufiger Frauen.
- C. geht immer mit Durchfall einher.

2. Das viszerale Nervensystem ...

- A. kann ohne Mitwirkung des zentralen Nervensystems Entscheidungen treffen, die Verdauung und Nahrungstransport betreffen.
- B. ist reiner Befehlsempfänger des zentralen Nervensystems.
- C. besteht aus Sympathikus und Parasympathikus.

3. Wichtigster Neurotransmitter im Zusammenhang mit dem Reizdarm-Syndrom ist ...

- A. Serotonin.
- B. Dopamin.
- C. Acetylcholin.

4. Typisch für das Reizdarm-Syndrom ist ...

- A. die Besserung der Beschwerden nach dem Essen.
- B. die nächtliche Verschlimmerung der Beschwerden.
- C. die Besserung der Symptome nach dem Stuhlgang.

5. Der Durchfall-Subtyp ...

- A. wird niemals an Verstopfungen leiden.
- B. kann seine Beschwerden mit Flohsamen behandeln.
- C. behält sein Durchfallproblem das ganze Leben lang.

6. Zu den drei Säulen der RDS-Therapie gehört nicht ...

- A. die Reizdarm-Diät.
- B. die Psychotherapie.
- C. die medikamentöse Behandlung.

7. Gegen Krämpfe und Schmerzen werden eingesetzt ...

- A. Macrogole.
- B. Laktulose.
- C. trizyklische Antidepressiva.

8. Loperamid ...

- A. sollte in der Selbstmedikation nicht über einen längeren Zeitraum gegeben werden.
- B. ist vor allem beim Verstopfungs-Subtyp hilfreich.
- C. bewirkt, dass Gasblasen leichter weitertransportiert und ausgeschieden werden.

9. Eine darmfreundliche Ernährung ...

- A. bedeutet, keine Milchprodukte zu sich zu nehmen.
- B. pflegt die Keime der physiologischen Darmflora.
- C. kann die Beschwerden des RDS nicht beeinflussen.

10. Welchen Tipp können Sie RDS-Kunden mit auf den Weg geben?

- A. Immer mindestens fünf Stunden zwischen den Mahlzeiten vergehen lassen.
- B. Auf Milchprodukte zu verzichten.
- C. Frühstück Sie regelmäßig.