

# FORSCHUNG pharma

## Gute Verdauung in jedem Alter



© AndreyPopov / iStock / Getty Images

**Das Alter hinterlässt nicht nur äußerliche Spuren. Auch die inneren Organe altern und führen zu Verdauungsstörungen, wie einem Reizmagen oder einem Reizdarmsyndrom.**

**Funktionelle Magen-Darm-Störungen** – Im Alter stellen sich im gesamten Magen-Darm-Trakt Veränderungen ein. Diese nehmen Einfluss auf die Verdauung, die Aufnahme von Nährstoffen und den Ernährungsstatus. Bei etwa der Hälfte aller Patienten, die mit anhaltenden Magen-Darm-Beschwerden wie schmerzhaften Krämpfen, Blähungen oder Völlegefühl einen Arzt aufsuchen, wird die Diagnose „Funktionelle Verdauungsstörungen“ gestellt. Es handelt sich um eine Ausschlussdiagnose, die impliziert, dass den Symptomen keine erkennbare organische Ursache zugrunde liegt. Vielmehr sind die Verdauungsbeschwerden Folge einer gestörten Motilität von Magen und Dünndarm. An der Entstehung der Symptome sind oftmals verschiedene Pathomechanismen beteiligt, die zu Krämpfen der glatten Muskulatur, Überempfindlichkeit des Darms, Immunreaktionen auf Schleimhautebene und Veränderungen des Mikro-

bioms führen. Dies hat Auswirkungen auf die Durchlässigkeit der Darmwand und die Gasbildung im Darm. Die Beschwerden können durch eine nicht-adäquate Ernährung, Nahrungsmittelunverträglichkeiten oder Erkrankungen verstärkt werden. Auch wenn funktionelle Verdauungsstörungen nicht gefährlich sind, ist die Leistungsfähigkeit des gesamten Verdauungssystems beeinträchtigt und geht mit einer deutlichen Einschränkung der Lebensqualität einher.

Besonders hilfreich sind Ernährungsanpassung, mehr Bewegung, ausreichende Entspannung und Medikamente, die individuell auf die jeweiligen Symptome abgestimmt sind. Eine Optimierung der Ernährungsweise sieht die Aufnahme mehrerer kleiner Mahlzeiten am Tag vor. Sehr späte große Mahlzeiten sind besonders ungünstig, da Gärprozesse gefördert werden. Neben dem Essverhalten kann auch die Flüssigkeitszufuhr entscheidend zur Reduktion der Beschwerden beitragen. Vorübergehend sollten einzelne potenziell blähende Nahrungsmittel bis zu einer Verbesserung der Beschwerden reduziert beziehungsweise ausgelassen und erst anschließend wieder ausgetestet werden. Auch die Aufnahme einer zu großen Menge fett- oder zuckerhaltiger Nahrungsmittel ist zu vermeiden.

Eine wichtige Säule in der Behandlung funktioneller Magen-Darm-Störungen ist die medikamentöse Therapie. Sie erfolgt stark symptomorientiert. Eine besonders breit gefächerte Wirkung zeigen pflanzliche Arzneimittel, da sie durch ihr Multitarget-Prinzip mehrere Beschwerdekompexe gleichzeitig behandeln. Die pflanzliche Wirkstoffkombination aus Pfefferminz- und Kümmelöl entkrampft die glatte Muskulatur und reduziert die Schmerzempfindung im Verdauungssystem. Metaanalysen kontrollierter Studien zeigen konsistent ein sehr gutes Ansprechen, vor allem bei krampfartigen Schmerzen, Blähbauch und Völlegefühl. ■

### QUELLE

Pressekonferenz „Carmenthin – Gute Verdauung in jedem Alter“, 26.2.2019, Hamburg.  
Veranstalter: Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG.

# Heuschnupfen?

## Jetzt gemäß der Leitlinie beraten!<sup>1</sup>



Die  
**Nr.1**<sup>2</sup>  
unter den Allergie-  
Nasensprays

### MOMETA<sup>HEXAL</sup> – Das blaue Power-Allergiespray



Leitlinien-  
Empfehlung<sup>1</sup>



Besonders  
wirkstark



Nur  
1x täglich



Langzeit-  
verträglich



Macht nicht  
müde



### Auch 2019 wieder mit starker TV-Kampagne auf allen zielgruppenrelevanten Sendern:

ARD<sup>1</sup>



RTL



VOX

und vielen mehr

<sup>1</sup> Intranasale Glukokortikoide (wie z. B. Mometason, ergänzt durch Hexal) sind laut Leitlinien ein Mittel der 1. Wahl bei der allergischen Rhinitis. Bousquet et al., Allergic rhinitis and its impact on asthma (ARIA) 2008. Allergy 2008; 63: 8–160. Seidman MD et al. Clinical practice guideline: Allergic rhinitis. Otolaryngol Head Neck Surg 2015; 152(1S): S1-43.  
<sup>2</sup> IMS Pharmatrend, Abverkaufszahlen aus der Apotheke, Zeitraum Jan. 2018 bis Dez. 2018.

**MometaxHEXAL® Heuschnupfenspray, 50 Mikrogramm/Sprühstoß Nasenspray, Suspension: Wirkstoff:** Mometasonfuroat (als Mometason-17-(2-furoat) 1 H<sub>2</sub>O) **Zusammensetzung:** B. jeder Betät. der Pumpe wird 1 Sprühst. m. einer abgemess. Dos. v. 50 µg Mometasonfuroat (als Mometason-17-(2-furoat) 1 H<sub>2</sub>O) abgegeben. Sonst. Bestandt.: Mikrokrist. Cellulose, Carmellose-Na (Ph.Eur.), Glycerol, Citronensäure-Monohydrat (Ph.Eur.), Na-Citrat (Ph.Eur.), Polysorbat 80, Benzalkoniumchlorid, Wasser f. Injektionszwecke. **Anwendungsgeb.:** Zur Anwend. b. Erw. zur symptomat. Behandl. einer saisonalen allerg. Rhinitis, sofern die Erstdiagnose der saisonalen allerg. Rhinitis durch einen Arzt erfolgt ist. **Gegenanz.:** Überempf. geg. Inhaltsst., unbehand. Infekt. im Bereich der Nasenschleimhaut (wie Herpes simplex), nach Nasen-OPs od. -verletz. bis zur Ausheil. Nebenwirk.: Pharyngitis, Infekt. der oberen Atemwege, Überempf. einschließl. anaphylakt. Reakt., Angioödem, Bronchospasmus, Dyspnoe, Kopfschmerzen, Glaukom, erhöh. Augeninnendruck, Katarakte, Epistaxis, Brennen in der Nase, Reiz. in der Nase, nasale Ulzerat., Nasenseptum-Perforat., Stör. des Geschmacks- u. Geruchsinns. **Warnhinw.:** Enth. Benzalkoniumchlorid. Weit. Einzelh. u. Hinw. s. Fach- u. Gebrauchsinfo. Apothekenpflichtig. **Mat.-Nr.:** 3/51009405 **Stand:** Oktober 2016 Hexal AG, 83607 Holzkirchen, [www.hexal.de](http://www.hexal.de)  
Z: DE/PRE/MOMH/1218/0026a



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

A Sandoz Brand