

Verdauungsbeschwerden beeinträchtigen die Lebensqualität mitunter stark: Sodbrennen, Blähungen, Magen-Darm-Krämpfe, Verstopfung bzw. Durchfall<sup>1</sup> sind für Betroffene nicht nur unangenehm, sondern oft auch peinlich. **Gute Beratung** ist hier das A und O.

# Natürliche Hilfe für Magen und Darm

**F**ür Viele ist die Verdauung ein „wunder Punkt“. Zahlreiche Faktoren können sie empfindlich stören: Stress, Schlaf- und Bewegungsmangel, Konsum von potenziell reizenden Stoffen wie Kaffee oder Nikotin, aber auch ungewohnte Nahrungsmittel, etwa im Urlaub. Solche Belastungen können Verdauungsprobleme auslösen. Beispielsweise indem sie Motilitätsstörungen oder eine verstärkte Produktion von Magensäure verursachen. Entsprechende Beschwerden können sporadisch auftreten, aber auch über einen längeren Zeitraum wiederholt und/oder durchgängig den Alltag beeinträchtigen. Bei anhaltenden Verdauungsbeschwerden sollten mögliche organische Ursachen immer ärztlich abgeklärt werden.

**Was sind funktionelle Magen-Darm-Störungen?** Von funktionellen Magen-Darm-Störungen spricht man bei Beschwerden, die keine feststellbare organische Ursache haben.<sup>2</sup> Zunächst sind also Befunde wie z. B. eine Gastritis oder chronisch-entzündliche Darmer-

krankungen diagnostisch auszuschließen. Treten die Beschwerden chronisch (über mindestens drei Monate hinweg) auf, kann bei relevanter Einschränkung der Lebensqualität und Hinzukommen weiterer Kriterien die Diagnose funktionelle Dyspepsie (Reizmagen) oder Reizdarmsyndrom gestellt werden.<sup>3,4</sup>

Betroffene leiden typischerweise unter Magenschmerzen, Völlegefühl, Blähungen, Magen-Darm-Krämpfen, Übelkeit, Sodbrennen, Verstopfung oder Durchfall.<sup>1</sup> Die Symptome treten in individuell unterschiedlicher Kombination und Schwere auf. Wie viele Menschen genau vom Reizmagen- oder Reizdarmsyndrom betroffen sind, ist nicht genau bekannt. Etwa zwischen 7 und 25 Prozent der westlichen Bevölkerung<sup>5</sup> leiden unter einem Reizdarmsyndrom. Es tritt bei Frauen häufiger auf als bei Männern.<sup>4</sup> Die auslösenden Faktoren der funktionellen Dyspepsie oder des Reizdarmsyndroms beruhen auf einem komplexen Zusammenspiel von Störungen der intestinalen Barriere, Motilität bzw. der viszeralen Sensibilität.<sup>6</sup>

**Gehirn an „Bauchhirn“** Psychische Belastungen wie Stress oder Anspannung können die Beschwerden im Rahmen eines Reizdarmsyndroms oder bei funktioneller Dyspepsie verstärken.<sup>6</sup>

Eine wichtige Rolle spielt dabei das enterische Nervensystem (ENS). Das ENS steuert in erster Linie die Funktion des Verdauungstrakts. Dieses „Bauchhirn“ besteht aus etwa 500 Millionen Nervenzellen und bildet damit die größte neuronale Einheit des menschlichen Organismus außerhalb des Gehirns.<sup>7</sup> Es steuert die Funktion des Gastrointestinaltrakts und steht über den N. vagus im Austausch mit dem Gehirn.<sup>6</sup> So können Stressreaktionen auch die Verdauungsorgane in ihrer Funktion beeinträchtigen. Die Erkenntnis „Ich hab’s im Bauch, nicht im Kopf“ kann für Betroffene mit funktionellen Magen-Darm-Störungen eine große Erleichterung darstellen.

**Bauchschmerzen im Kindes- und Jugendalter** Bereits Kinder und Jugendliche sind häufig von Bauchschmerzen betroffen. So leiden rund 20 Prozent aller 3- bis 17-Jäh-



rigen in Deutschland regelmäßig unter diesen Schmerzen.<sup>8</sup> Bei jüngeren Kindern gehören die Beschwerden zu der häufigsten Schmerzart, bei Jugendlichen liegen sie auf Platz 2 hinter den Kopfschmerzen.<sup>9</sup> Dass Stress bereits in dieser Altersgruppe weit verbreitet ist, zeigen die Ergebnisse einer von der Bepanthen-Kinderförderung und der Universität Bielefeld veröffentlichten Studie: Demnach leidet etwa jedes sechste Kind (18 Prozent) und jeder fünfte Jugendliche (19 Prozent) unter hohem Stress. Als Stressauslöser wurden mangelnde selbstbestimmte "Qualitätszeit", wenig Freizeit, wenig Autonomie, das Übernehmen der Elternrolle durch Kinder (Parentifizierung) und hohe Erwartungen der Eltern identifiziert.<sup>10</sup>

**Effektive, natürliche Hilfe dank Iberogast®** Je nach Ausprägung und Häufigkeit der Symptome können funktionelle Magen-Darm-Störungen die Lebensqualität nachhaltig beeinflussen. Klagen Kunden über verschiedene Verdauungsstörungen oder sogar einen Reizmagen oder Reizdarm, ist das seit über 58 Jahren

bewährte Arzneimittel Iberogast eine effektive und gut verträgliche Behandlungsoption. Es enthält eine Kombination aus Extrakten von neun wirksamen Heilpflanzen (Bittere Schleifenblume (*Iberis amara*), Angelikawurzel, Kamillenblüte, Kümmelfrüchte, Melissenblätter, Mariendistelfrüchte, Schöllkraut, Pfefferminzblätter und Süßholzwurzel).<sup>11</sup> Diese einzigartige Kombination ist die Grundlage für die Wirksamkeit von Iberogast. Das Arzneimittel ist neben der Therapie bei Erwachsenen auch zur Anwendung bei Kindern und Jugendlichen (zugelassen ab 3 Jahren) geeignet.<sup>11</sup> Die Wirksamkeit und hohe Patientenzufriedenheit in Bezug auf Beschwerdelinderung und Verträglichkeit ist auch bei einer längeren Einnahmedauer für Reizmagen (8 Wochen)<sup>12</sup> und Reizdarm (4 Wochen)<sup>13</sup> belegt. Die Anwendungsdauer ist nicht begrenzt.<sup>11</sup>

**Umfassende Wirkung dank Multi-Target-Prinzip** Während andere Präparate oftmals nur ein Symptom bekämpfen, setzt Iberogast durch seine Multi-Target-Wirkung an mehreren Stellen gleichzeitig an.

Die jeweiligen pflanzlichen Komponenten entfalten ihre Wirkung an unterschiedlichen pharmakologischen Zielen im Magen-Darm-Trakt. Dazu gehören beispielsweise Calciumkanäle, afferente Nervenfasern sowie cholinerge Neuronen in Muskelzellen. Das Phytopharmakon normalisiert auf diese Weise die gestörte Motilität<sup>14</sup>, verringert die viszerale Hypersensibilität<sup>15</sup> und hat zudem anti-ulzerogene Eigenschaften.<sup>16</sup> So kann Iberogast effektiv gleich mehrere Beschwerden auf einmal lindern. Damit wird es der großen Symptombreite bei funktionellen Magen-Darm-Erkrankungen besonders gut gerecht.

**Schnelle Wirksamkeit, schnelle Symptomlinderung** Iberogast liegt als Flüssigkeit vor, sodass die Inhaltsstoffe schnell ihre Wirkung entfalten und Beschwerden bereits nach wenigen Minuten abnehmen können. Eine nicht-interventionelle Studie bestätigte die schnelle Wirksamkeit der Multi-Target-Therapie mit Iberogast.<sup>1</sup> Eine klinisch relevante Verbesserung der Beschwerden wurde bereits nach 15 Minuten ►

## WISSENS-CHECK MAGEN-DARM-BESCHWERDEN

► beobachtet. Die Mehrheit der Patienten berichtete über eine spürbare Linderung innerhalb von 15 bis 30 Minuten nach der Einnahme.

### Gut verträglich und zur längerfristigen Anwendung geeignet

Auch die Daten zur Verträglichkeit überzeugen: Zahlreiche Studien<sup>17</sup> belegen die gute Verträglichkeit von

funktioneller Dyspepsie oder Reizdarmsyndrom profitieren davon, da bei ihnen häufig längere Therapieintervalle von mehreren Wochen nötig sind. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt.<sup>11</sup> Iberogast stellt somit eine gut verträgliche und wirksame Empfehlung bei funktionellen gastrointestinalen Erkrankungen dar.

Therapieoption zur Behandlung des Reizdarmsyndroms<sup>4</sup> aufgeführt. Die Internationale Rome Foundation listet Iberogast zudem als Therapieoption bei funktioneller Dyspepsie (Reizmagen) in den aktuellen Rome-IV-Kriterien.<sup>3</sup> ■

Martina Görz,  
PTA, M.Sc. Psychologie und  
Fachjournalistin

### AUF EINEN BLICK

Iberogast ist ein seit über 58 Jahren bewährtes Phytopharmakon mit breitem Anwendungsspektrum bei verschiedenen funktionellen Magen- und Darm-Beschwerden. Die einzigartige Kombination aus neun Heilpflanzen zeigt eine gute und vielfältige Wirksamkeit, ebenso wie eine gute Verträglichkeit. Die positiven Eigenschaften haben sich auch in den Behandlungsleitlinien der entsprechenden Fachgesellschaften niedergeschlagen: Iberogast ist in der S3-Leitlinie als Therapieoption zur Behandlung des Reizdarmsyndroms aufgeführt sowie in den Rome-IV-Kriterien als Therapieoption bei funktioneller Dyspepsie gelistet. Die pflanzliche Kombination eignet sich je nach individuellem Beschwerdebild auch zur längerfristigen Anwendung. Iberogast ist zugelassen zur Anwendung auch für Kinder und Jugendliche ab 3 Jahren.

Iberogast – auch bei längerfristiger Anwendung (8 Wochen bei Reizmagen bzw. 4 Wochen bei Reizdarm).<sup>12</sup> In den klinischen Studien entsprach die Verträglichkeit des Phytotherapeutikums der von Placebo.<sup>12</sup> Die Einnahmedauer von Iberogast ist nicht begrenzt.<sup>11</sup> Toxikologische Studien zur wiederholten Verabreichung über einen Zeitraum von bis zu 6 Monaten zeigten keine Kumulation der Wirkstoffe.<sup>11</sup> Insbesondere Menschen mit

**Leitliniengerechte Therapie mit Iberogast** Als einziges pflanzliches Arzneimittel ist Iberogast in Deutschland sowohl für die Behandlung einer funktionellen Dyspepsie als auch für die Therapie des Reizdarmsyndroms zugelassen. Das Therapeutikum wurde von der Expertenkommission der Deutschen Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS) in der S3-Leitlinie als

#### Quellen:

- 1 Raedsch R et al. Wien Med Wochenschr 2018; 168: 89-98.
- 2 Pschyrembel Online www.pschyrembel.de, letzter Abruf 30.04.2019.
- 3 Stanghellini V et al. Gastroenterology 2016; 150: 1380-1392.
- 4 S3-Leitlinie der DGVS und der DGNM zur Diagnostik und Therapie des Reizdarmsyndroms (AWMF-Reg. Nr. 021/016).
- 5 dasgastroenterologieportal.de. <http://dasgastroenterologieportal.de/Reizdarmsyndrom.html>, letzter Abruf 17.04.2019.
- 6 Blum HE et al. Klinische Pathophysiologie, 10. Auflage, Thieme Verlag Stuttgart, 2018.
- 7 Furness JB. The Enteric Nervous System. John Wiley & Sons, 2006.
- 8 Du Y et al. Eur J Pain 2011; 15: 649-657.
- 9 Ellert U et al. Bundesgesundheitsblatt Gesundheitsforschung Gesundheitsschutz 2007; 50: 711-717.
- 10 Stress-Studie 2015: Burn-Out im Kinderzimmer: Wie gestresst sind Kinder und Jugendliche in Deutschland? Abstract Professor Dr. Holger Ziegler, [https://kinderförderung.bepanthen.de/static/documents/03\\_Abstrakt\\_Ziegler.pdf](https://kinderförderung.bepanthen.de/static/documents/03_Abstrakt_Ziegler.pdf), letzter Abruf 23.05.2019.
- 11 Fachinformation Iberogast®, Stand September 2018.
- 12 von Arnim U et al. Am J Gastroenterol 2007; 102: 1268-1275.
- 13 Madisch A et al. Aliment Pharmacol Ther 2004; 19: 271-279.
- 14 Hohenester B et al. Neurogastroenterol Motil 2004; 16: 765-773.
- 15 Liu CY et al. Neurogastroenterol Motil 2004; 16: 759-764.
- 16 Khayyal MT et al. Arzneimittelforschung 2001; 51: 545-553.
- 17 Ottilinger B et al. Wien Med Wochenschr 2013; 163: 65-72.

**Iberogast®. Zusammensetzung:** 100 ml Flüssigkeit enthalten folgende Wirkstoffe: Auszüge aus: Iberis amara (Bittere Schleifenblume - Frische Ganzpflanze) (1 : 1,5-2,5) 15,0 ml, Auszugsmittel: Ethanol 50 % (V/V); Angelikawurzel (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Kamillenblüten (1 : 2-4) 20,0 ml; Kümmelfrüchten (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Mariendistelfrüchten (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Melissenblättern (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Pfefferminzblättern (1 : 2,5-3,5) 5,0 ml; Schöllkraut (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Süßholzwurzel (1 : 2,5-3,5) 10,0 ml; Auszugsmittel für alle Arzneidrogen: Ethanol 30 % (V/V). **Anwendungsgebiete:** Behandlung von funktionellen und motilitätsbedingten Magen-Darm-Erkrankungen wie Reizmagen- und Reizdarmsyndrom sowie zur unterstützenden Behandlung der Beschwerden bei Magenschleimhautentzündungen (Gastritis). Diese Erkrankungen äußern sich vorwiegend in Beschwerden wie Magenschmerzen, Völlegefühl, Blähungen, Magen-Darm-Krämpfen, Übelkeit und Sodbrennen. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit (Allergie) gegen die Wirkstoffe; Patienten, die an Lebererkrankungen leiden oder in der Vorgeschichte litten oder wenn gleichzeitig Arzneimittel mit leberschädigenden Eigenschaften angewendet werden; Kinder unter 3 Jahren, da keine ausreichenden Erfahrungen vorliegen. Schwangerschaft und Stillzeit: Nicht einnehmen. **Nebenwirkungen:** Sehr selten: Überempfindlichkeitsreaktionen wie z. B. Hautausschlag, Juckreiz, Atembeschwerden. Bei der Anwendung von Schöllkraut-haltigen Arzneimitteln sind Fälle von Leberschädigungen (Anstieg der Leberenzymwerte und des Bilirubins bis hin zu arzneimittelbedingter Gelbsucht (medikamentös-toxischer Hepatitis) sowie Fälle von Leberversagen) aufgetreten. Bei Auftreten von Nebenwirkungen sollte das Präparat abgesetzt und ein Arzt aufgesucht werden. Dieser kann über den Schweregrad und gegebenenfalls erforderliche weitere Maßnahmen entscheiden. **Warnhinweis:** Enthält 31 Vol.-% Alkohol.

Bayer Vital GmbH, Kaiser-Wilhelm-Allee 70, 51373 Leverkusen, Deutschland.

Stand der Information: 09/2018

# PTA

DIE PTA IN DER APOTHEKE

## WISSENS-CHECK

## Mitmachen und gewinnen!

Lesen Sie den Artikel ab  
Seite 74, beantworten Sie  
alle Fragen und schicken  
Sie die Antworten per Post,  
Fax oder E-Mail an:

DIE PTA IN DER APOTHEKE  
Stichwort:

»Magen-Darm-Beschwerden«

Postfach 57 09

65047 Wiesbaden

Fax: 06 11/5 85 89-269

E-Mail: [gewinnspiel@diepta.de](mailto:gewinnspiel@diepta.de)

Einsendeschluss ist der  
31. Juli 2019.

Bitte Adresse der  
Apotheke angeben!

Teilnahmeberechtigt sind nur Angehörige der Heilberufe sowie Apothekenpersonal. Die Verlosung erfolgt unter Ausschluss des Rechtsweges. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt. Eine Barauszahlung des Gewinnes ist nicht möglich. Pro Person wird nur eine Einsendung berücksichtigt. Mitarbeiter der Bayer Vital GmbH sind von der Teilnahme ausgeschlossen. Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Adresse zum Zwecke des Gewinnversands an die Bayer Vital GmbH weitergegeben wird.

© Bayer Vital GmbH

# GEWINNSPIEL

## Magen-Darm-Beschwerden

### 1. Iberogast ...

- A** ... ist in Bezug auf Beschwerdelinderung und Patientenzufriedenheit auch bei einer längeren Einnahmedauer für Reizmagen (8 Wochen) und Reizdarm (4 Wochen) belegt.
- B** ... ist nicht zur Anwendung bei Kindern (über 3 Jahre) zugelassen.
- C** ... ist verschreibungspflichtig.

### 2. Der Multi-Target-Effekt von Iberogast bewirkt ...

- A** ... die Normalisierung einer gestörten Motilität.
- B** ... die Steigerung der Hypersensibilität.
- C** ... die Unterstützung der Säureproduktion.

### 3. Iberogast ...

- A** ... enthält 8 wirksame Heilpflanzen.
- B** ... kommt beim Reizdarm, allerdings nicht beim Reizmagen zum Einsatz.
- C** ... wurde von der DGVS in die Leitlinien und Therapieempfehlungen bei Reizdarmsyndrom aufgenommen.

Mit der Teilnahme am Gewinnspiel erkläre ich mich einverstanden, dass meine Antwort und Adresse elektronisch erfasst und gespeichert werden. Auftraggeber und Verlag erhalten die Erlaubnis, die Daten zur Gewinnabwicklung zu nutzen. Der Verlag versichert, dass sämtliche Daten ausschließlich im Rahmen des Gewinnspiels gespeichert und nicht zu Werbezwecken verwendet werden. Ebenfalls erfolgt keine Weitergabe der Daten an Dritte, sofern dies nicht in unmittelbarem Zusammenhang mit den vorgenannten Maßnahmen geschieht. Mein Einverständnis kann ich jederzeit widerrufen.

## Das können Sie gewinnen:

### 1. bis 10. Preis:

BestChoice EinkaufsGutschein im  
Wert von 20,00 €



Die Preise wurden von der Firma Bayer Vital GmbH zur Verfügung gestellt.