

Volksleiden Reizdarm

Welches innovative Medizinprodukt Besserung verspricht

„Ich weiß gar nicht mehr, was ich noch essen soll“, „ich habe regelmäßig Durchfall“, „Bauchschmerzen gehören für mich fast schon zum Alltag“ – so oder so ähnlich klagten allein in Österreich schätzungsweise 1 Million Menschen.¹ Was die meisten von ihnen jedoch nicht wissen: Sie leiden wahrscheinlich unter dem sogenannten Reizdarmsyndrom.

Das sagt die Wissenschaft
Wissenschaftler nehmen heute an, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache wiederkehrender Darmbeschwerden ist. Denn schon kleinste Schädigungen reichen aus, um Erreger und Schadstoffe in die Darmwand

eindringen zu lassen. In der Folge wird das enterische Nervensystem gereizt, es kommt zu wiederkehrenden Darmbeschwerden.² Auf Basis dieser Erkenntnisse haben führende Forscher das Medizinprodukt Kijimea Reizdarm PRO entwickelt. Die darin enthaltenen einzigartigen Bifido-Bakterien vom Stamm HI-MIMBb75 lagern sich an die Darmbarriere an – sinnbildlich wie ein Pflaster über einer Wunde. Unter diesem Pflaster kann sich die Darmbarriere regenerieren, die Darmbeschwerden können abklingen.

Studie belegt Wirksamkeit
Jüngst konnte die Wirksamkeit von Kijimea Reizdarm PRO bei

Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Verstopfung von deutschen Wissenschaftlern in der weltweit größten OTC-Studie zum Reizdarmsyndrom³ eindrucksvoll belegt werden.⁴ Das Entscheidende: Auch die Lebensqualität der Betroffenen verbesserte sich.

Für Ihre Apotheke:

Kijimea Reizdarm PRO

(PZN 5185406)



www.kijimea.at



¹Black C. J., Ford A. C. (2020). Global burden of irritable bowel syndrome: trends, predictions and risk factors. Nature reviews. Gastroenterology & hepatology, 2020 Aug; 17(8), 473-486. • ²Wood J.D. (2007). Effects of bacteria on the enteric nervous system: implications for the irritable bowel syndrome. Journal of clinical gastroenterology, May-Jun 2007; 41 Suppl 1, 7-19. • ³Vergleich berücksichtigt ausschließlich Studien mit probiotischen Stämmen. • ⁴Andresen V. et al. (2020). Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020 Jul; 5(7), 658-666. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Faszinierende Fakten der Neurobiologie

5.800.000 km Nerven – viel Raum für Schmerz

Die Nr. 1* Arzneispezialität bei Nervenschmerzen kann helfen

5,8 Millionen Kilometer – so lang sind alle Nervenfasern eines Menschen aneinandergelegt. Doch der kleinste Defekt kann zu größten Schmerzen führen.

Ein eingeklemmter Nerv in der Halswirbelsäule – schon schießt ein brennender Schmerz vom Nacken bis in den Arm. Ein Bandscheibenvorfall im Lendenbereich – jede Bewegung wird zur Qual. Millionen Menschen kennen ziehende Schmerzen im Ischias. Aber auch hinter tauben Fußsohlen oder Kribbeln können geschädigte Nerven stecken. Was viele nicht wissen: **Bei Nervenschmerzen helfen viele Schmerzmittel kaum.** Der Grund:



Ein Netzwerk größer als die Erde – und doch reicht ein gereizter Nerv.

Restaxil: Gezielte Behandlung von Nervenschmerzen

Nervenexperten haben einen speziellen Dual-Komplex aus natürlichen Arzneipflanzen entwickelt: **Restaxil Nervenschmerzgel.** Die rezeptfreie Arzneispezialität ist zur gezielten Behandlung von Nervenschmerzen zugelassen und mittlerweile die **Nr. 1* in österreichischen Apotheken.**

Bekannt aus dem TV

Für Ihre Apotheke:

Restaxil Nervenschmerzgel

(PZN 5530375)

www.restaxil.at

Nervenschmerzen?
Natürlich **Restaxil.**



Restaxil

*Rezeptfreie Arzneimittel speziell bei Nervenschmerzen, Absatz nach Packungen, Insight Health MAT 01/2026 • Abbildung Betroffenen nachempfunden

RESTAXIL Nervenschmerzgel. Wirkstoffe: Spigelia anthelmia Dil. D2 und Iris versicolor Dil. D2. Homöopathische Arzneispezialität bei Schmerzen und Missemphindungen, die durch Nervenschädigungen hervorgerufen werden (Nervenschmerzen). www.restaxil.at • Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

WERBUNG

Kollagen-Revolution: Fermentation

Fermentation liefert, was die Haut mit den Jahren verliert. Dabei wandeln Mikroorganismen natürliche Pflanzenstoffe in 16 Aminosäuren um – exakt im Verhältnis des menschlichen Kollagens. Diese Bausteine wirken schneller und gezielter – sie setzen die körpereigene Kollagenproduktion in Gang. Eine Anwenderstudie belegt: bereits nach zwei Monaten glatteres, strafferes Hautbild. Vitamin C unterstützt die Kollagenbildung zusätzlich. **NIWI Kollagen Vegan** – erhältlich in Ihrer Apotheke.

Schlank durch Entwässerung

Hartnäckige Problemzonen? Nicht immer ist Fett die Ursache. Oft lagert der Körper Wasser ein – besonders an Bauch, Beinen und Po – und lässt uns fülliger wirken, als wir wirklich sind. Wassereinlagerungen lassen sich viel schneller abbauen als Körperfett – mit der richtigen Unterstützung. **Rixx Schlankheitstropfen*** entwässern gezielt mit Indianerhanf und aktivieren Stoffwechsel und Leber mit Blasentang und Mariendistel. Schnell. Sichtbar schlanker – und ohne Jo-Jo-Effekt.

Mein Zahnfleisch hat sich verändert

Meine Dentalhygienikerin hat es bemerkt: Seit Jahren hatte ich Entzündungen, Rückgang, Bluten und empfindliche Zähne. Auch Mundgeruch war ein Thema. Mit den **ZOM Zahnfleischtropfen*** wurde es besser: weniger Entzündung und Bluten, geringere Empfindlichkeit und ein deutlich frischerer Atem. Auch meine Dentalhygienikerin bestätigte die Verbesserung.



Gesunde Venen, schöne Beine

Wenn der Sommer die Venen belastet

Der Sommer ist Fluch und Segen zugleich – besonders für Frauen mit Venenbeschwerden. Mit den angenehm warmen Temperaturen werden leider auch Besenreiser und Krampfadern sichtbarer, die Beine schwerer und schmerzhafter. Denn Hitze setzt das Venensystem unter Druck: Gefäße weiten sich, geschwächte Venenklappen schließen nicht mehr richtig, Blut staut sich in den Beinen – und das macht sich bemerkbar. Besenreiser und Krampfadern sind dabei mehr als ein optisches Problem. Sie sind sichtbare Zeichen einer veränderten Venensituation – ein Hinweis, den man ernst nehmen sollte.

Hilfe kommt aus der Natur

Der Steinklee (Melilotus officinalis) – Wirkstoff in **Venodril Venentropfen*** – wirkt krampflösend und abschwellend, regt den Blut- und Lymphfluss an und hilft dabei, angestaute Flüssigkeit wieder abzutransportieren. Schwellungen gehen zurück, das Hautbild bei Besenreisern und Krampfadern verbessert sich. **Venodril Venentropfen*** – seit Jahrzehnten bewährt, jetzt in Ihrer Apotheke. Für gesunde Venen und schöne Beine.



Schwimmen ohne Risiko

Bleibt nach dem Baden Feuchtigkeit im Ohr zurück, bietet der Gehörgang ideale Lebensbedingungen für Bakterien. Zudem greift Chlorwasser den Säureschutzmantel der empfindlichen Haut im Ohr an, sodass Krankheitserreger leichter eindringen können. Besonders betroffen sind Kinder. **Normison Ohrentropfen*** beugen Ohrenschmerzen gezielt vor. Sie sorgen dafür, dass die Hautoberfläche

schnell abtrocknet. Zusätzlich hilft ein natürlicher Inhaltsstoff, den Säureschutzmantel der Haut zu regenerieren und zu erhalten. Dazu empfiehlt sich die regelmäßige Reinigung der Ohren mit **Cerustop Ohrenöl***. Denn wenn sich überschüssiges Ohrschmalz erst einmal mit Wasser vollsaugt, bildet es einen Nährboden für Keime. So ist ein entzündungsfreier Badespaß für Groß und Klein gesichert!



Neurodermitis

Juckreiz ist ein Entzündungssignal

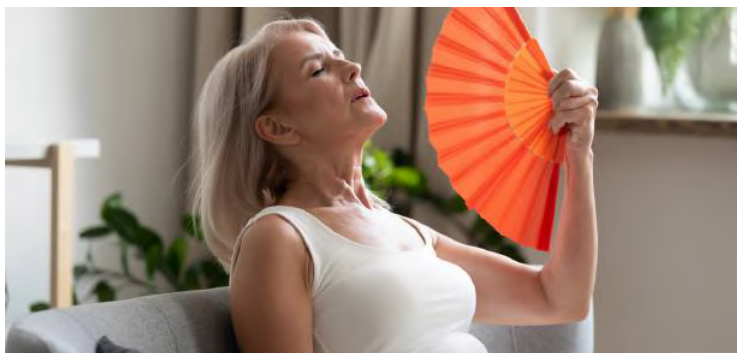
Cortisonfreie Behandlung bei Neurodermitis, Ekzemen, Sonnenallergie und anderen juckenden Hautreizungen. Die Haut ist Schutzbarriere und Spiegel unseres inneren Gleichgewichts – sensibel für Stress von innen, verletzlich gegenüber sommerlicher Sonne und Hitze von außen. Was der Tag ihr abverlangt, zeigt sich oft erst am Abend: Die Haut beginnt zu jucken, wird rot und gereizt – typisch bei Neurodermitis, Ekzemen oder Sonnenallergie. Wer dann kratzt, schädigt sie weiter, und der Juckreiz kehrt verstärkt zurück. **Sensicutan*** ist eine cortisonfreie Salbe: Bisabolol heilt die betroffenen Hautstellen, Heparin lindert den Juckreiz und Dexpantenol stärkt die Hautbarriere und fördert die Regeneration. Mit der **Sensicutan Salbe*** kann sich gereizte Haut auf natürliche Weise beruhigen und wieder ins Gleichgewicht kommen.



Magnesium für innere Balance

Mit dem Anti-Stress-Mineral fit durch die Wechseljahre kommen

Wenn die hormonellen Veränderungen der Wechseljahre beginnen, geraten viele Körperprozesse aus dem Gleichgewicht. Sinkende Östrogenspiegel beeinflussen nicht nur Stimmung und Schlaf, sondern auch den Mineralstoffhaushalt. Besonders Magnesium spielt in dieser Lebensphase eine zentrale Rolle: Es wirkt entspannend auf Muskeln und Nerven, unterstützt den Energiestoffwechsel und trägt zur Stabilität von Knochen und Bindegewebe bei – Strukturen, die durch den Östrogenrückgang stärker belastet werden. Typische Beschwerden wie innere Unruhe, Schlafstörungen oder Herzklopfen können durch einen Magnesiummangel verstärkt werden. Auch Hitzewallungen und Stimmungsschwankungen scheinen mit einem erhöhten Stresslevel verbunden zu sein, bei dem



Magnesium kann bei verschiedenen Beschwerden in den Wechseljahren für mehr Wohlbefinden sorgen.

Foto: fizkes/Smarterpix

Magnesium als „Anti-Stress-Mineral“ ausgleichend wirken kann. Zudem fördert es die Aktivität von über 300 Enzymen, die an der Energieproduktion beteiligt sind – ein wichtiger Faktor, wenn Erschöpfung und Konzentrationsprobleme auftreten. Eine ausgewogene Ernährung mit Vollkornprodukten, Hülsenfrüchten, Nüssen und grünem Gemüse deckt den

Bedarf meist gut ab. In Phasen erhöhter Belastung oder bei nachgewiesenem Mangel kann eine ergänzende Zufuhr sinnvoll sein – jedoch stets nach ärztlicher Rücksprache. Denn die Wechseljahre sind keine Krankheit, sondern eine natürliche Umstellungsphase, in der Magnesium helfen kann, Körper und Geist in Balance zu halten. (mak)

**Gedächtnis stärken,
Cholesterin senken!**



**Vertrauen
Sie der Kraft
von Lecithin.**

Exklusiv in Ihrer Apotheke.

Buer® Lecithin Flüssig ist ein traditionelles pflanzliches Arzneimittel. Die Anwendung dieses traditionellen Arzneimittels in den genannten Anwendungsgebieten beruht ausschließlich auf langjähriger Verwendung. Wirkstoff: Lecithin. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.



**Unbeschwerter
Badespaß,
weil richtig
informiert**

**Jetzt MeinMed Newsletter
abonnieren und mehr erfahren**

Erhalten Sie regelmäßig verständliche und qualitätsgesicherte Gesundheitsinformationen direkt in Ihr E-Mail-Postfach.

Freuen Sie sich auf aktuelle medizinische Themen, Veranstaltungshinweise, neue Webinare sowie ausgewählte Beiträge von Österreichs führenden Gesundheits-expert:innen.

Jetzt kostenlos anmelden unter
www.meinmed.at/newsletter



Hier kostenlos
anmelden



MeinMed.at

**EXTRA
POWERWOCHE**
01.06. - 18.07.2026

magnofit®

NR.1*
Magnesium
Sticks

Auf Magnofit®
FEM und AKTIV

**2+1
GRATIS**



Exklusiv in deiner Apotheke

2+1 Gutscheine

Einlösbar in allen teilnehmenden
Apotheken auf Magnofit® FEM und AKTIV

Aktionszeitraum 01.06.-18.07.2026

Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. / *Gemäß BQVIA Pharma Trend MAT 12/2025 04F3 (Sticks) in EURAVP / Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise.

In Kooperation mit:
ApoVerlag Couponing



Planschen? Aber sicher!

Unbeschwerter Spaß im Nass: Wer Baderegeln beachtet, schützt sich vor Unfällen und Entzündungen.

VON MARGIT KOUDELKA

Sommer, Sonne und ein Sprung ins kühle Nass: Schwimmen gehört zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten. Damit der Badespaß nicht mit einem Unfall oder gesundheitlichen Problemen endet, sollten einige wichtige Regeln beachtet werden.

Übermut tut selten gut

Besonders gefährlich ist es, überhitzt ins kalte Wasser zu springen. Nach längerer Sonnenbestrahlung oder sportlicher Aktivität kann der plötzliche Temperaturunterschied den Kreislauf stark belasten.



Ob Schwimmbad oder Badensee: An heißen Sommertagen suchen viele Menschen Abkühlung. Vorsicht ist jedoch geboten.

Foto: smarterpix

Im schlimmsten Fall drohen Schwindel, Bewusstlosigkeit oder sogar ein Herz-Kreislauf-Stillstand. Deshalb gilt: Erst langsam abkühlen, zum Beispiel Arme und Beine mit Wasser benetzen, bevor man ganz ins Wasser geht.

Auch Badeunfälle passieren häufig durch Leichtsinn oder Selbstüberschätzung. Strö-

mungen, Luftmatratzen im offenen Gewässer oder das Schwimmen unter Alkoholeinfluss erhöhen das Risiko erheblich.

Ein Auge auf die Kinder

Kinder sollten am Wasser niemals unbeaufsichtigt bleiben, auch nicht im flachen Bereich. Schwimmhilfen ersetzen keine

Aufsicht durch Erwachsene.

Ein weiteres häufiges Problem im Sommer ist die sogenannte Badeotitis, eine Entzündung des äußeren Gehörgangs. Sie entsteht, wenn Wasser im Ohr bleibt und Keime sich vermehren können. Typische Beschwerden sind Juckreiz, Druckgefühl oder Schmerzen im Ohr. Vorbeugen lässt sich durch gründliches Abtrocknen der Ohren nach dem Baden. Wer empfindlich ist, kann spezielle Ohrstöpsel verwenden. Wichtig ist außerdem, auf die Wasserqualität zu achten. In stehenden oder stark verschmutzten Gewässern können sich Bakterien vermehren. Offene Wunden sollten deshalb nicht mit belastetem Wasser in Kontakt kommen.

Wer einige einfache Vorsichtsmaßnahmen beachtet, kann den Sommer im Wasser sicher und unbeschwert genießen.

Neu gegen Augeninfektionen

Gegen Bakterien und Viren: REDUKTOR® sind antiseptische Augentropfen mit breiter Wirksamkeit.

Die österreichische Pharmafirma Pharmaselect hat rechtzeitig vor der Reisesaison ein neues Produkt gegen Augeninfektionen auf den Markt gebracht. REDUKTOR® sind antiseptische Augentropfen mit einer breiten Wirksamkeit gegen viele Erreger. Durch das Abtöten sowohl von Bakterien als auch Viren ist das neue Produkt bei den meisten Augeninfektionen rasch wirksam.

Oft eintropfen

Wichtig ist es, an den beiden ersten Tagen die Augen häufig (etwa alle ein bis zwei Stunden) einzutropfen, um die Erregerzahl möglichst stark zu senken.

Bakterien und Viren können sich nämlich sehr rasch - oft innerhalb einer Stunde, auf das Doppelte vermehren. Durch das häufige Eintropfen lässt sich die Menge der Bakterien und Viren deutlich reduzieren. Die restlichen Erreger kann das Auge dann mit seinen natürlichen Abwehrstoffen, die in der Tränenflüssigkeit enthalten sind, eliminieren.

Auch bei Kontaktlinsen

REDUKTOR® kann auch von Kontaktlinsenträger:innen verwendet werden. Während der Behandlung ist jedoch auf das Tragen von Kontaktlinsen zu verzichten - denn gerade sie sind häufig Auslöser von Augeninfektionen, da sich Bakterien in den Linsen besonders gut halten können. Nach überstandener Infektion empfiehlt es sich daher, ein frisches Paar Kontaktlinsen zu benutzen.



REDUKTOR®: Mehrfach täglich (4–8 mal), 1–2 Tropfen

Haus- und Reiseapotheke

Wegen der breiten Wirksamkeit gegen viele Erreger wird REDUKTOR® für die Haus- und Reiseapotheke empfohlen. Gerade im Urlaub kann es schwierig sein, einen Augenarzt zu finden, hier ist dann rasche Hilfe gefragt. Das Produkt kann auch bei Kindern ab 6 Jahren verwendet werden, für jüngere liegen keine Erfahrungen vor. WERBUNG



Das Antiseptikum mit breitem Wirkungsspektrum ©Adobestock/keigo7(2)

ZUR SACHE

REDUKTOR® ist ein neuer Therapieansatz bei Augeninfektionen. Ein innovatives Antiseptikum. Wirkt gegen Bakterien und Viren. Rezeptfrei in allen Apotheken erhältlich.

pharmaselect.
we care for your eyes

Die sexuelle Gesundheit will gepflegt werden

Wer den Begriff „sexuelle Gesundheit“ hört, denkt meist zuerst an Verhütung und den Schutz vor Infektionen. Doch das ist zu kurz gegriffen. Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) definiert sexuelle Gesundheit weit umfassender: als einen Zustand des körperlichen, emotionalen, mentalen und sozialen Wohlbefindens in Bezug auf die Sexualität.



Kommunikation spielt eine wichtige Rolle. Foto: rosipro_panthermidia

Mehr als „nicht krank“

Es geht nicht nur um das Frei-sein von Krankheit, sondern um eine positive und respektvolle Einstellung zu Sexualität und Beziehungen. Ein zentraler Baustein dafür ist die Kommunikation. Offen über eigene Wünsche, Grenzen und Unsicherheiten zu sprechen, erfordert Mut, ist aber das beste Fundament für ein erfülltes Intimleben. Gleichzeitig schützt eine klare Kommunikation die

eigene psychische Gesundheit, da Schamgefühle abgebaut werden. Zur sexuellen Gesundheit gehört natürlich auch der verantwortungsvolle Umgang mit dem eigenen Körper. Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen beim Gynäkologen oder Urologen sollten eine Selbstverständlichkeit sein, ebenso wie der unverkrampfte Griff zum Kondom bei wechselnden Partnerschaften. (mak)

Verdauungsprobleme bei Kindern keine Seltenheit

Bauchschmerzen, Blähungen, Durchfall oder Verstopfung sind alles Phänomene, die man seinem Kind gerne ersparen würde. Allerdings ist jedes zweite Kind gemäß einer repräsentativen Befragung von Eltern in Österreich und Deutschland mehrmals pro Jahr von Verdauungsproblemen betroffen. Die Umfrage wurde von Market-agent im Auftrag von Institut AllergoSan und Caricol durchgeführt. Als häufigste Auslöser nannten die Eltern Stress, Schlafmangel und nicht optimale Ernährung.

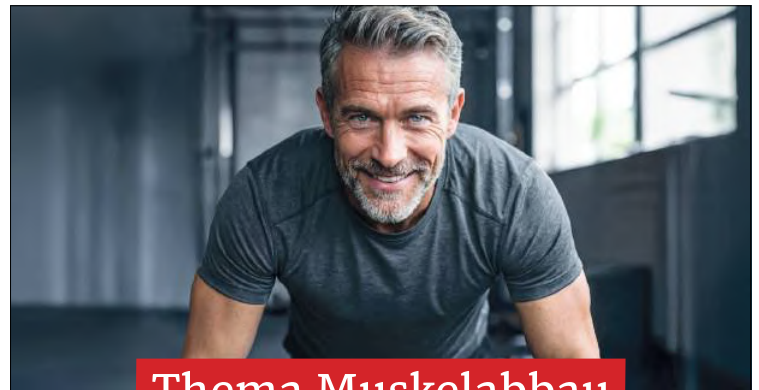


Das Institut AllergoSan präsentierte eine neue Umfrage. Foto: Institut AllergoSan

zeitig ist Fastfood mindestens einmal wöchentlich bei jedem zweiten Haushalt auf dem Tisch. Sind Kinder sehr heikel, kann es sinnvoll sein, Ballaststoffe wie Haferflocken ins Essen reinzuschmuggeln, damit die Darmbakterien auch genug Nahrung haben. Zudem bringen verdauungsfördernde Lebensmittel wie Papaya nach einer schweren Mahlzeit Erleichterung. Bei akuten Beschwerden vereinfacht Schonkost wie Reisschleim die Übergangsphase. (red)

Herausforderung Ernährung

Obwohl 58,3 Prozent der Eltern angeben, beim Thema Ernährung gut informiert zu sein, kann die Umsetzung im Alltagsstress schwierig sein. Nur 48,9 Prozent der Kinder essen täglich Obst und Gemüse, sogar nur jedes dritte Kind. Gleich-



Thema Muskelabbau

Mehr Kraft mit Kreatin

Muskelabbau beginnt schon mit 30 Jahren – wirklich spürbar wird es für die meisten aber ab 50. Dies ist kein unabwendbares Schicksal. Lesen Sie, wie es dazu kommt und was Sie dagegen tun können.

Sie machen eigentlich regelmäßig Sport, aber der Körper reagiert nicht mehr so wie früher? Gerade auch wenn Sie einmal pausieren, verlieren Sie schneller an Kraft und Kondition? Dann geht es Ihnen wie vielen anderen ab 50. Mit dem Älterwerden passieren nämlich zwei Dinge: Die Muskeln werden schleichend weniger und gleichzeitig kommt es zu einem Rückgang eines ganz bestimmten Stoffs im Körper: Kreatin.

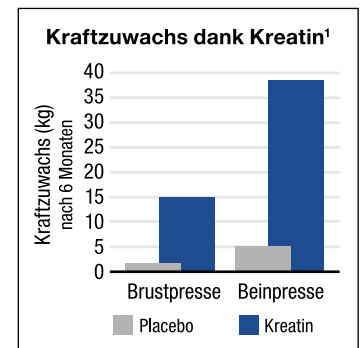
Essenziell für die Muskeln

Die meisten kennen Kreatin bisher ausschließlich als Trend-Wirkstoff für Kraftsportler. Das ist aber weit gefehlt. Denn was viele nicht wissen: Unser Körper produziert Kreatin sogar selbst – es spielt nämlich eine zentrale Rolle bei der Energieversorgung der Muskulatur. Das Problem: Mit zunehmendem Alter sinkt der natürliche Kreatinspiegel in den Muskeln. Dadurch fehlt beim Sport oft die Kraft für die letzten 2-3 Wiederholungen oder die letzten Meter. Genau diese geben den Muskeln aber

erst den notwendigen Reiz, um zu wachsen. Ist zu wenig Kreatin vorhanden, wird es also immer schwieriger die Muskulatur zu erhalten.

Studienbelegt wirksam

Um dem Muskelabbau entgegenzusteuern, gibt es jetzt Dr. Böhm® Magnesium Sport + Kreatin. Nur 1 Getränk täglich liefert mit 3 Gramm die klinisch wirksame Kreatin-Menge. Damit baut man wieder leichter Muskeln auf und bleibt besser in Form.



Das erfrischende Trinkpulver in Apothekenqualität überzeugt Pharmazeuten wie auch Sportwissenschaftler. Denn es enthält als einziges Produkt am Markt neben Kreatin auch Magnesium – dieses aktiviert die Enzyme, die Kreatin für die Muskeln überhaupt erst verwertbar machen.

¹Candow DG et al. Appl Physiol Nutr Metab. 2015 Jul;40(7):689-94.

Anzeige

NEU am Markt

-20% | im Juli*

*Gültig für alle Dr. Böhm® Magnesium Sport® Produkte in teilnehmenden Apotheken.

