

Immer wieder Darmbeschwerden?

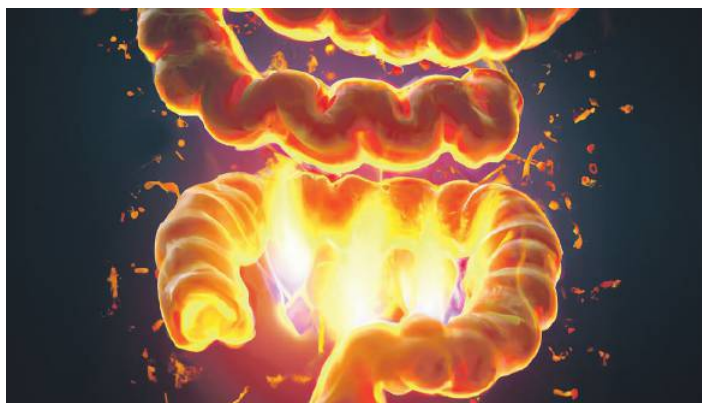
Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen. Viele Österreicher leiden gelegentlich an einem oder mehreren dieser Symptome. Treten diese Darmbeschwerden jedoch immer wieder auf, handelt es sich meist um ein Reizdarmsyndrom. Doch was ist das Reizdarmsyndrom eigentlich genau? Und kann man den gängigsten Reizdarm-Mythen Glauben schenken? Darm-Experten haben den Faktencheck gemacht!

Mythos 1: Reizdarm ist eine Erkrankung des 21. Jahrhunderts.

Beim Reizdarmsyndrom handelt es sich keineswegs um eine neue Zivilisationskrankheit oder gar eine Modeerscheinung. Schon Hippokrates beschrieb bereits vor über 2000 Jahren einen Patienten mit Abdominalbeschwerden, verändertem Stuhlverhalten und Blähungen – kurz: mit typischen Reizdarmsymptomen. Die Ursache jedoch blieb für ihn rätselhaft.

Mythos 2: Reizdarm – alles nur Einbildung?

Auch wenn Darm und Psyche eng zusammenhängen, ist der Reizdarm keine Einbildung. Die immer wieder auftretenden



Symptome beruhen auf krankhaften Veränderungen im Körper.

Mythos 3: Die Ursache von Reizdarm ist ungeklärt.

Wissenschaftler nehmen heute an, dass häufig eine geschädigte Darmbarriere die Ursache chronischer Darmbeschwerden ist. In der Folge wird das enterische Nervensystem gereizt, es kommt zu wiederkehrendem Durchfall, oft gepaart mit Bauchschmerzen, Blähungen, teilweise Verstopfung.¹

Doch was kann Reizdarm-Betroffenen wirklich helfen?

Hoffnung kommt nun aus der Wissenschaft. Ein Münchner Forscherteam wollte einen Weg

finden, Reizdarm-Betroffenen zu helfen: Gemeinsam mit einem italienischen Wissenschaftler begaben sie sich auf die Suche nach einer Lösung. Im Laufe der Zeit stießen sie auf einen ganz speziellen Bakterienstamm namens *B. bifidum* MIMBb75. Das Besondere: Dieser Bakterienstamm besitzt die einzigartige Fähigkeit, sich physikalisch an die Darmepithelzellen anzulegen – ähnlich wie ein Pflaster über einer Wunde.

Könnte sich unter diesem „Pflaster“ die Darmbarriere regenerieren – und könnten in der Folge auch die Darmbeschwerden abklingen? Um das auf die

Probe zu stellen, führten sie zwei Goldstandard-Studien durch, in denen sie die Wirksamkeit des Bakterienstamms *B. bifidum* MIMBb75 sowohl in lebender als auch in hitzeinaktivierter Form testeten. Die Ergebnisse waren bemerkenswert: In beiden Studien konnte die Wirksamkeit bei Reizdarmbeschwerden eindrucksvoll unter Beweis gestellt werden.^{2,3} Angespornt durch diese Ergebnisse entwickelten die Forscher das Produkt Kijimea Reizdarm PRO, das den Bakterienstamm *B. bifidum* MIMBb75 in hitzeinaktivierter Form enthält. Der Erfolg spricht Bände: Mittlerweile ist Kijimea Reizdarm PRO das meistverkaufte Medizinprodukt gegen Reizdarmbeschwerden in vielen europäischen Ländern.⁴

Für Ihre Apotheke:

Kijimea Reizdarm PRO

(PZN 5185406)



www.kijimea.at

¹Wood JD, 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. • ²Guglielmetti S et al, Randomised clinical trial: Bifidobacterium bifidum MIMBb75 significantly alleviates irritable bowel syndrome and improves quality of life – A double-blind, placebo-controlled study. *Aliment Pharmacol Ther*. 2011;33(10):1123-1132. • ³Andresen V et al, 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. • ⁴Insight Health, MAT 12/2024, u.a. DE, AT, ES, IT, Abbildung Betroffener nachempfunden.

Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

Thema Nervenschmerzen

Nacken- oder Rückenschmerzen?

Dieses spezielle Arzneimittel kann helfen

Zahlreiche Österreicher leiden unter Nacken- oder Rückenschmerzen. Dahinter stecken oft keine Entzündungen, sondern geschädigte oder gereizte Nerven. Mediziner sprechen von sogenannten Nervenschmerzen.

Nervenschmerzen wirksam bekämpfen

Bisher greifen Betroffene meist zu klassischen Schmerzmitteln.

Schmerz-Experten weisen jedoch ausdrücklich darauf hin, dass NSAR wie Ibuprofen oder Aspirin bei Nervenschmerzen keine Wirkung zeigen. Deshalb entwickelten Spezialisten die Schmerztropfen Restaxil: Jeder einzelne darin enthaltene Wirkstoff kann bei nervenbedingten Schmerzen wertvolle Hilfe leisten. So setzt beispielsweise **Gelsemium sempervirens** laut



Arzneimittelbild im zentralen Nervensystem an. Der Arzneistoff **Iris versicolor** kommt hingegen bei ausstrahlenden Schmerzen wie einer Ischialgie und ziehenden, brennenden Schmerzen im Hüft-nerv zum Einsatz.

Genial: Die natürlichen Schmerztropfen haben keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen.

Für Ihre Apotheke:

Restaxil Tropfen
(PZN 4954185)

www.restaxil.at





Birkenpollen im Anflug

Juckende, geschwollene Augen, Niesreiz, rinnende Nase. Jeder fünfte Österreicher leidet unter Pollenallergie.

Mit Ende März startet für Allergiker die zweite große Belastungswelle: Eschen- und Birkenpollen explodieren heuer. Der österreichische Polleninformationsdienst prognostiziert eine überdurchschnittlich starke Birkensaison und spricht von einem sogenannten Mastjahr, denn auf den eher schwächeren Birkenflug im Vorjahr folgt heuer ein starkes Birkenpollenjahr.

Tragantwurzel hilft dem Immunsystem

Eine Allergie ist eine überschießende Reaktion des Immunsystems auf eigentlich harmlose Stoffe aus der Natur, wie Pollen - unangenehme Allergiesymptome entstehen. Die Tragantwurzel ist für ihre unterstützende Wirkung auf das Immunsystem bekannt – besonders bei Allergikern. Sie trägt dazu bei, die Empfindlichkeit auf Allergene zu verringern. Eine große Anwenderstudie der MedUni Wien zeigte bei Einnahme eines Spezialextrakts der Tragantwurzel (in Lectranal® INTENS) bei 90 % eine Linderung der Allergiesymptome und eine deutliche Verbesserung der Lebensqualität während der Allergiesaison.

Natürlich lokal schützen

Für allergischen Schnupfen, gibt es als lokale Anwendung erstmals einen natürlichen Nasenspray mit hypertoniem Meerwasser, Glycerin und 5 ausgewählten Gemmo-Mazeraten. Lectranal® ALLERGIE Nasenspray bringt eine schnelle Linderung und ist für Erwachsene und Kinder ab 2 Jahren geeignet. Eine Langzeitbehandlung, ohne Gewöhnungseffekt, ist möglich. In Ihrer Apotheke.

Anzeige

Beckenboden: Halt, Kraft und Stabilität

Ein starker Beckenboden trägt, stützt und stabilisiert im Alltag – und er lässt sich gezielt trainieren.

VON MARGIT KOUDELKA

Der Beckenboden ist ein komplexes Geflecht aus Muskeln und Bindegewebe, das den unteren Rumpf wie eine tragende Hängematte stabilisiert. Er besteht aus drei Schichten, die eng zusammenarbeiten: eine äußere Schließmuskelschicht, eine mittlere Stüttschicht sowie eine tiefe, kräftige Muskelschicht, die eng mit Bauch, Rücken und Zwerchfell verbunden ist. Gemeinsam halten sie Organe wie Blase, Gebärmutter und Darm an ihrem Platz



Einfache Übungen helfen, den Beckenboden zu stärken. Foto: Smarterpix

und sorgen dafür, dass Kontinenz, Haltung sowie Atmung reibungslos funktionieren. Im Alltag leistet der Beckenboden Schwerstarbeit, etwa beim Heben, Lachen, Niesen oder Tragen. Wird er geschwächt, beispielsweise durch Schwangerschaft, Bewegungsmangel oder chronischen Druck, kann das zu Beschwerden wie Inkon-

tinenz, Rückenschmerzen oder einem Gefühl der Instabilität führen.

Fit bleibt der Beckenboden durch gezieltes Training, etwa mit Yoga oder Pilates. Entscheidend ist nicht Kraft allein, sondern das Zusammenspiel aus Anspannen, Halten und bewusstem Loslassen. Sanfte Übungen wie das Aktivieren beim Ausatmen, das Aufrichten des Beckens oder das Training in Kombination mit Atemtechniken stärken die Muskulatur nachhaltig. Auch Alltagsbewegungen – richtiges Heben, aufrechte Haltung, regelmäßige Bewegung – unterstützen ihn. Ein gut trainierter Beckenboden sorgt für Stabilität, Körpergefühl und Lebensqualität. Ihn zu stärken lohnt sich in jedem Alter.

Nase voll von Allergie?

**JETZT
2€
SPAREN***

2€ GUTSCHEIN
Lectranal® die pflanzliche Nr. 1
in der Allergiesaison.

* Beim Kauf von Lectranal®, Lectranal® INTENS, Lectranal® JUNIOR Soft oder Lectranal® ALLERGIE Nasenspray in Ihrer Apotheke. Gutscheine gültig bis 30.04.2026. ** Über Wirkung und unerwünschte Wirkung des Medizinproduktes Lectranal® ALLERGIE Nasenspray informieren Gebrauchsanweisung, Arzt oder Apotheker.



Kohlenhydrate sind keine Dickmacher per se. Foto: congerdesign/Pixabay.com

Kohlenhydrate nicht pauschal verteufeln

Kohlenhydrate gelten oft als Dickmacher. Sie sind jedoch vielmehr eine wichtige Energiequelle – entscheidend ist ihre Qualität. Komplexe Kohlenhydrate aus Vollkorn, Hülsenfrüchten oder Gemüse sättigen gut und halten den Blutzucker stabil. Problematisch sind dagegen Zucker und stark verarbeitete Produkte. Für das Gewicht zählt vor allem die Kalorienbilanz, nicht ein einzelner Nährstoff. Low-Carb-Diäten können kurzfristig wirken. Wer jedoch nachhaltig abnehmen will, sollte Kohlenhydrate nicht streichen, sondern klug auswählen: weniger Zucker, mehr Vollkorn. (mak)



Foto: zidi/Smarterpix.com

Kräuter gegen die Frühjahrsmüdigkeit

Ein Tee aus Bärlauch, Brennnessel und Löwenzahn belebt den Kreislauf. Diese Wildkräuter spenden Vitamine, Mineral- und Bitterstoffe gegen das „Blei in den Gliedern“. Brennnessel und Löwenzahn regen den Stoffwechsel an, Bärlauch wirkt aktivierend mit Knoblaucharoma. Vorsicht jedoch bei Nierenproblemen oder Einnahme von entwässernden Medikamenten. (mak)



Ein gut funktionierendes Gesundheitswesen bedarf einer Reihe unterschiedlicher Berufe.

Foto: AlexFedorenko/Smarterpix.com

MeinMed: Ein Einblick in das Gesundheitswesen

In einem MeinMed-Webinar informierten Claudia Podocznik und Eva-Maria Jabinger von der fhgesund in Innsbruck über Gesundheitsberufe und deren Zusammenspiel. In Österreich bildet das seit rund 20 Jahren bestehende Gesundheitsqualitätsgesetz eine zentrale Grundlage für eine hochwertige Gesundheitsversorgung. Es regelt Anforderungen an Qualität und Versorgung und definiert drei wesentliche Dimensionen: Struktur-, Prozess- und Ergebnisqualität. Zur Strukturqualität zählen etwa Ausstattung, personelle Ressourcen und die Qualifikation des Personals. Prozessqualität beschreibt Abläufe der Behandlung, etwa Diagnosestellung, Wartezeiten oder die Zusammenarbeit verschiedener Berufsgruppen. Die Ergebnisqualität wiederum zeigt sich in Behandlungserfolgen und in der Zufriedenheit der Patienten, die unter anderem durch Befragungen erho-

ben wird. Das österreichische Gesundheitswesen umfasst eine breite Palette an Berufen. Neben Ärzten spielen nicht-ärztliche Gesundheitsberufe eine zentrale Rolle. Dazu zählen Pflegekräfte, medizintechnische und therapeutische Berufe wie Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie oder Diätologie sowie diagnostische Fachrichtungen wie biomedizinische Analytik und Radiologietechnologie. Ergänzt wird dieses Spektrum durch Hebammen, medizinische Assistenzberufe, Heilmassseure sowie Fachkräfte aus Pharmazie und Psychologie. Jeder dieser Berufe bringt spezifische Kompetenzen ein und trägt als Spezialist zur Behandlung bei. Angesichts der Komplexität medizinischer Versorgung kann keine einzelne Berufsgruppe das gesamte Spektrum abdecken. Das gesamte Video ist auf meinmed.at nachzusehen. (mak)

Thema: Haarausfall¹



Sichtbare Ergebnisse In klinischen Studien belegt

Haarausfall betrifft sowohl Männer als auch Frauen – meist beginnt er schleichend mit 40. Die Ursachen sind jedoch unterschiedlich. Bei Frauen ist es oft der abnehmende Östrogenspiegel nach einer Schwangerschaft, dem Absetzen der Pille oder aufgrund des Einsetzens der Wechseljahre. Bei Männern spielt meist ein Abbau-Produkt von Testosteron („Dihydrotestosteron“) eine Rolle, auf das die Haare empfindlich reagieren.

aus. Idealerweise sind ca. 90% der Haare in der Wachstumsphase. Aufgrund der oben genannten hormonellen Ursachen sowie bei Stress verkürzt sich diese Wachstumsphase und bis zu 40% der Haare können in der Ruhephase sein. Dann kommt es zu wahrnehmbarem Haarausfall.

Innovation aus Österreich

Genau hier setzt die Dr. Böhm® Haarstruktur an. Sie enthält als einziges Produkt die essenziellen Haaraufbaustoffe. Diese wirken wie folgt:

1. Weniger Haarverlust:

- Verlängerung der Wachstumsphasen²
- Bessere Verankerung in der Kopfhaut³

2. Neue Haare wachsen kräftiger nach²

Unabhängige, placebokontrollierte Studien mit den Wirkstoffen (Elastin, Keratin, Ceramide und Kollagen) zeigen bereits nach 12 Wochen sichtbare Ergebnisse.

Warum gehen die Haare aus?

In beiden Fällen kommt es dann zu einer Verkürzung der Wachstumsphase der Haare, wodurch diese an Kraft verlieren, dünner werden und leichter ausgehen. Das Volumen nimmt ab oder noch schlimmer – die Kopfhaut wird sichtbar.

Verkürzte Wachstumsphase

Unsere Haare sind entweder in der Wachstums- oder in der Ruhephase. In der Ruhephase sind sie nicht mehr so stark in der Kopfhaut verankert und gehen leichter

JETZT NEU

Die Innovation
bei Haarausfall –
nur 1 Tablette täglich!



Nahrungsergänzungsmittel PZN 6028146

WENIGER HAARVERLUST⁴



Diese Ergebnisse stammen aus einer klinischen Studie mit dem SEPPIC-Inhaltsstoff „Ceramosides™“, durchgeführt an 99 Frauen bei einer täglichen Einnahme von 30 mg Pulver über einen Zeitraum von 84 Tagen.⁴ Die Ergebnisse sind ausdrücklich auf die Effektivität des Rohstoffs „Ceramosides™“ zurückzuführen. Nicht bei krankheitsbedingtem oder erblichem Haarausfall. Zink zum Erhalt normaler Haare, Ceramide für kräftig aussehendes und shapozierfähiges Haar.⁵ *Dudonné S et al. Int J Cosmet Sci 2024; 46 (2): 284–96. *Ojane Nieto Inberri et al. The Efficacy of Ovoderm® to Improve Hair and Nail Condition 2025; *Nobile, Vincenzo, et al. Clinical, Cosmetic and Investigational Dermatology (2025): 1239-1251.

Anzeige

In Kufstein wird am meisten gekokst

Das abwasserbasierte Drogenmonitoring liefert europaweit wichtige Hinweise zum Konsum von Suchtmitteln. 2025 wurden Abwässer aus 131 Städten untersucht, darunter 18 Regionen in Österreich, die 40 Prozent der Bevölkerung abdecken. Wien, Graz, Salzburg und Innsbruck weisen die höchsten Drogenkonzentrationen auf. Erstmals wurde auch Ketamin analysiert, dessen Werte wegen der medizinischen Nutzung jedoch vorsichtig zu interpretieren sind. Durchschnittlich konsumiert eine Person täglich ein Glas Wein, drei bis vier Zigaretten, 0,07 Joints und zwei Milligramm stimulierender Drogen. Cannabis dominiert österreichweit, besonders in Wien. Kokain wird im Westen stärker konsumiert, Spitzenreiter bleibt Kufstein. Amphetamin ist im Osten verbreiteter, Methamphetamin vor allem in Wien und Wiener Neustadt. (mak)

Bei Hämorrhoiden:

Hämorrhoiden zählen zu den häufigsten Begleiterscheinungen von hartem Stuhl bzw. regelmäßiger Verstopfung.

Jeder Mensch hat Hämorrhoiden. Dabei handelt es sich um Blutgefäße rund um den Darmausgang. Wer umgangssprachlich von Hämorrhoiden spricht, meint jedoch vielmehr eine schmerzhafte Vergrößerung dieser Gefäße. Besonders häufig treten diese aufgrund von zu starkem Pressen beim Toilettengang auf.

Mittlerweile haben sich Hämorrhoidaliden zu einer regelrechten Volkskrankheit entwickelt. Bei genauerem Hinsehen ist dies auch nicht verwunderlich – schließlich sind knapp 15 Prozent der erwachsenen Österreicher von hartem Stuhl bzw. Verstopfung betroffen, Frauen



Über Hämorrhoiden spricht niemand gerne.

Foto: Chai2523/Smarterpix

deutlich häufiger als Männer. Um gegenzusteuern, setzt man am besten bereits an, bevor es überhaupt erst zur schmerzhaften Vergrößerung der Blutgefäße kommt und entsprechende Salben oder Zäpfchen nötig werden. Und zwar bei einer gesunden Verdauung.

Warum harter Stuhl?

Es gibt unzählige Gründe, warum

es zu Verstopfung beziehungsweise hartem Stuhl kommen kann. Häufig sind Alltagsstress,



„Mit ausreichender Ballaststoffzufuhr kann hartem Stuhl vorgebeugt werden.“

Foto: Privatklinikum Hansa

KARL PHILIPP MRAK-CAAMANO

hormonelle Umstellungen oder bestimmte Medikamente beteiligt. Bei anderen ist es aber auch schlichtweg ein zu häufiges Aufschieben des Toilettengangs. All diese Faktoren führen zu einer zu langen Verweildauer des Stuhls im Darm. Dort wird ihm laufend Flüssigkeit entzogen und er wird hart.

Besser Ballaststoffe

Ein synthetisches Abführmittel kann zwar helfen, akuter Verstopfung entgegenzuwirken, allerdings sollte ein solches nur

Dr. Likar: Österreichs Schmerztherapie-Experte im Gespräch

Mehr Lebensqualität durch die Phytolehre, dem Behandeln von Schmerzen mit pflanzlichen Stoffen, im Alltag.

Rund 20 Prozent der Bevölkerung in Österreich leiden an chronischen Schmerzen. „CBD kann bei Schmerzen, Entzündungen, Krämpfen, Angstzuständen und Schlafproblemen unterstützen und die Lebensqualität verbessern“, erklärt Dr. Likar.

Schmerztherapie-Experte

Das Thema Schmerztherapie ist im Alltag angekommen und betrifft immer mehr Menschen. Viele Medikamente haben sich aus der Natur entwi-

ckelt, also ist es naheliegend, auch dort Mittel zur Schmerzlinderung zu suchen. Chronische Schmerzen (z.B. Rücken-, Gelenks- und Nervenschmerzen) und auch Alltagsbeschwerden können u.a. mit CBD abgeschwächt werden. „Die Phytolehre, das Behandeln mit pflanzlichen Stoffen, sowie der Einsatz von CBD bilden seit Jahren die Ergänzung in der Schmerztherapie für mich“, so der KABEG-Primar.

CBD-Produkte am Markt

Viele verfügbare Produkte weisen einen zu niedrigen CBD-Gehalt auf, die angestrebte Wirkung, z.B. zur Schmerzlinderung oder Entzündungshemmung, verpufft. Hochwertige CBD-Produkte



Prof. Dr. Rudolf Likar: Cannabinoide ergänzend zur wissenschaftlich fundierten Medizin können sich positiv auf Körper und Geist auswirken.

Foto: KABEG

zeichnen sich u.a. durch eine hohe Dosierung aus. „Dank medizinischem Know-how und langjähriger Erfahrung haben wir mit 'DR. LIKAR canavera' genau so ein Produkt entwickelt, welches rezeptfrei erhältlich ist“, erklärt der

Schmerztherapie-Experte. Allgemein ist festzuhalten: Für ein gesundes Wohlbefinden ist ein ausgewogener Lebensstil entscheidend. Das gesamte Interview finden Sie online. Dazu einfach den QR-Code scannen.

WERBUNG

Ballaststoffe

in Ausnahmefällen verwendet werden. Bei häufigem Gebrauch kann sich der Darm nämlich daran gewöhnen.

„Das kann so weit gehen, dass er irgendwann ständig den Reiz von außen braucht, um sich zu entleeren. Ärztliche Leitlinien empfehlen daher im ersten Schritt sanfte Alternativen: zum Beispiel die Erhöhung der Ballaststoffzufuhr“, so Karl Philipp Mrak-Caamano, Facharzt für Allgemeinchirurgie und Viszeralchirurgie. Bei Ballaststoffen handelt es sich um nichts weiter als bestimmte Pflanzenbestandteile. Sie sind in Obst, Gemüse oder Samen enthalten. Besonders ballaststoffreich sind etwa Äpfel, Pflaumen, Gerstengras, Flohsamen oder die Yaconwurzel. Bei ausreichender Zufuhr regen sie rasch die Darmbewegung an und sorgen gleichzeitig wieder für eine normale Stuhlkonsistenz.

Am sinnvollsten ist es, auf

eine Kombination mehrerer verschiedener Ballaststoffe in möglichst hoher Dosierung zurückzugreifen. Eine groß angelegte Studie etwa zeigt: Eine solche Ballaststoffkombination erzielt sowohl im Vergleich zu Placebo als auch zu anderen, einzelnen Ballaststoffen eine wesentlich größere Verbesserung der Stuhlkonsistenz.*

Am besten greift man bei Verstopfung und hartem Stuhl also auf speziell aufeinander abgestimmte, pflanzliche Ballaststoffkombinationen aus der Apotheke zurück. Diese sind sehr gut verträglich, haben keinen Gewöhnungseffekt und können somit, wann immer Bedarf besteht, eingenommen werden. So kann Hämorrhoidal-Leiden sanft und effektiv vorgebeugt werden.

Literatur:

*Christodoulides S et al., Aliment Pharmacol Ther 2016; 44 (2): 103–116

Starke Regelschmerzen sind gar nicht „normal“

Anlässlich des Tages der Endometriose am 14. März rückten Frauenministerin Eva-Maria Holzleitner und Gesundheitsstaatssekretärin Ulrike Königsberger-Ludwig die Versorgung von Betroffenen stärker in den Fokus. Endometriose zählt zu den häufigsten chronischen Erkrankungen bei Frauen – etwa jede zehnte ist betroffen. Dennoch bleibt die Krankheit oft lange unerkannt: In Österreich vergehen im Durchschnitt rund sieben Jahre bis zur Diagnosestellung.

Zudem ist das öffentliche Wissen über die Erkrankung begrenzt. Laut Menstruationsgesundheitsbericht 2024 hat etwa ein Drittel der Frauen noch nie von Endometriose gehört. Die Bundesregierung will deshalb gezielt gegensteuern und setzt auf mehr Forschung, bessere Ausbildung im Gesundheitswesen und verstärkte Aufklä-



Endometriose betrifft rund jede zehnte Frau.

Foto: Pixabay

rung. Ein zentraler Schritt ist eine geplante Investition von 8,4 Millionen Euro in die Forschung zur Frauengesundheit durch das Bundesministerium für Frauen, Wissenschaft und Forschung. Ziel ist es, Wissenslücken zu schließen, die Diagnostik zu verbessern und Betroffenen schneller Zugang zu geeigneter Behandlung zu ermöglichen. (mak)



DANKE SAGEN

und Wertgutscheine der WellCard gewinnen!

WELLCARD
THEME: W. KUTSCHKE

MeinBezirk



Dr. Böhm®

WIRKT SANFT BEI

hartem Stuhl



Pflanzlich

Nahrungsergänzungsmittel

Dr. Böhm® Darm aktiv regt die Darmtätigkeit* an und sorgt so für einen normalen Stuhlgang – wie es eigentlich sein sollte.

- ✓ Wohlschmeckende 5-fach Kombination aus pflanzlichen Ballaststoffen
- ✓ Leichte und regelmäßige Darmentleerung dank *Flohsamen
- ✓ Spürbarer Effekt schon nach einem Tag¹

¹PKA-Produkt-Test (PKAclub, 10/2023)

Qualität aus Österreich.