

# Risikogruppen

Durchfall ist keine Lappalie, man sollte ihn immer ernst nehmen. Besonders anfällig für Durchfall sind die folgenden Gruppen:

- Menschen mit empfindlichem Magen-Darm-Trakt
- Menschen mit Immunschwäche
- Säuglinge und Kleinkinder
- Menschen über 65 Jahre
- Menschen mit gleich mehreren Erkrankungen
- Menschen mit speziellen Erkrankungen wie Diabetes mellitus, Leber- oder Nierenschäden
- Menschen, die bestimmte Medikamente einnehmen müssen (z. B. Antibiotika, Magensäureblocker)



## SYMPTOME

Ärzte sprechen von akutem Durchfall, wenn die Betroffenen mehr als drei Mal am Tag auf die Toilette müssen und die Beschwerden plötzlich auftreten.

Bei einer Dauer von mehr als drei Tagen, einer regelmäßigen Wiederkehr oder Symptomen wie Blutbeimengungen im Stuhl besteht der Verdacht auf eine ernsthafte Erkrankung, wie die chronische Diarrhö. Suchen Sie dann unbedingt einen Arzt auf!



- ✓ Zur starken, schnellen und zuverlässigen Wirkung
- ✓ Zur Vorbeugung und im Akutfall
- ✓ Zur Bindung und Abführung von Erregern
- ✓ Zur Regulation der Darmflora
- ✓ Natürlicher Wirkstoff – auch für Kinder\*

Alle wichtigen Informationen rund um das Thema Durchfall und viele nützliche Tipps erhalten Sie auch auf

[WWW.PERENTEROL.DE](http://WWW.PERENTEROL.DE)

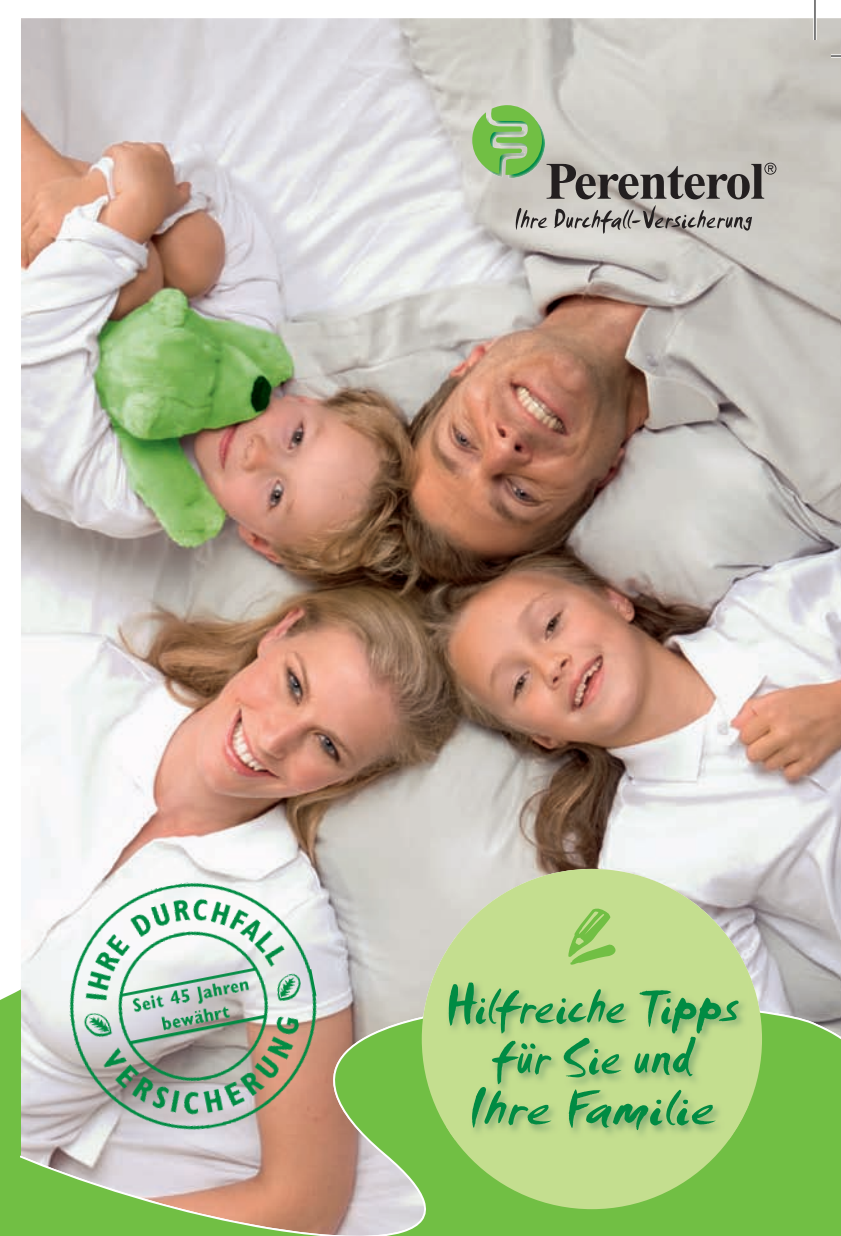


Für weitere Fragen heißen wir Sie willkommen und beraten Sie gern:

5007320/PE/09/1/PSRC

\* Bis zum 2. Lebensjahr Verwendung nur nach Rücksprache mit dem Arzt (siehe Fach- bzw. Gebrauchsinformation).

**Perenterol® 50 mg Kapseln / - forte 250 mg Kapseln / - Junior 250 mg Pulver**  
Wirkstoff: Saccharomyces-cerevisiae-Trockenhefe. Anwendungsgebiete: Akute Durchfallerkrankungen, Reisedurchfälle (Vorbeugung u. Behandlung) sowie Durchfälle unter Sondenernährung, Akne. Hinweis: Bei Durchfällen länger als 2 Tage oder mit Blutbeimengungen oder Temperaturerhöhungen; Arzt aufsuchen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie bitte die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker! UCB GmbH, Alfred-Nobel-Str.10, 40789 Monheim. Stand: Mai 2008



# Stark gegen Durchfall – gut für den Darm

# Durchfall – wann er auftritt

Durchfall ist keine Erkrankung, sondern ein Symptom, das unter Umständen auf eine Erkrankung aufmerksam machen kann. Zu den häufigsten Ursachen gehören:



## REISEDURCHFALL

Jeder zweite bis fünfte Reisende ist betroffen<sup>1</sup> – am besten schon fünf Tage vor der Reise mit der Durchfallprophylaxe beginnen.



## DARMINFEKTIONEN

durch Viren (z. B. Noroviren, Rotaviren), Bakterien oder Parasiten. Die meisten Durchfälle werden durch Bakterien ausgelöst!



## MEDIKAMENTENBEDINGTER DURCHFALL

Durchfall sowie weitere gastrointestinale Beschwerden zählen zu den häufigsten Nebenwirkungen bei der Einnahme von Medikamenten (z. B. Antibiotika, Magenmedikamente wie Magensäureblocker etc.).



## LEBENSMITTELVERGIFTUNG

Krankhafte Bakterien in verunreinigten oder verdorbenen Lebensmitteln lösen Durchfall aus.



## NAHRUNGSMITTELUNVERTRÄGLICHKEIT

Zum Beispiel Laktose-Intoleranz: Hier verursacht unverdaulicher Milchzucker akuten Durchfall.



## PSYCHISCHE ANSPANNUNG UND STRESS

Besondere Lebensumstände können auch Auslöser von Durchfall sein.



## CHRONISCHER DURCHFALL

kann einen ernsten Hintergrund haben, daher immer mit dem Arzt abklären!

# Die richtige Ernährung bei Durchfall

## ESSEN



### ZU EMPFEHLEN

- Wenig essen
- Evtl. eine fettfreie Brühe (ersetzt Mineralien wie Natrium und Kalium)



### BESSER MEIDEN

- Fetthaltige und stark gewürzte Speisen
- Blähende Nahrungsmittel (z. B. Kohl und Vollkornprodukte)
- Schwer verdauliche Nahrungsmittel (z. B. Fleisch, Hülsenfrüchte)

#### TIPP, UM REISEDURCHFALL VORZUBEUGEN:

Gemüse, Fisch und Fleisch nur gar verzehren, Obst schälen und vor dem Essen immer die Hände waschen!

## TRINKEN



### ZU EMPFEHLEN

- Viel trinken, vor allem Kräutertees und stilles Mineralwasser oder stark verdünnte Saftschorle
- Elektrolytlösungen aus der Apotheke oder isotonische Getränke (ersetzen Natrium und Kalium)



### BESSER MEIDEN

- Stark kohlenstoffhaltige Getränke (z. B. Cola)
- Milch und Milchprodukte (ausgenommen Muttermilch)
- Kaffee und Alkohol

#### TIPP, UM REISEDURCHFALL VORZUBEUGEN:

Leitungswasser abkochen und auf Eiswürfel in Getränken verzichten.

# Vor & bei akutem Durchfall

Was viele Menschen nicht wissen: Gut geeignet ist der natürliche Wirkstoff Medizinische Trockenhefe wie in **Perenterol®** enthalten für den Schutz vor und die Hilfe bei Durchfall.

## Perenterol® Stark gegen Durchfall – gut für den Darm

### STARK GEGEN DURCHFALL ...

- Zur starken, schnellen und zuverlässigen Wirkung.<sup>1</sup>
- Zur vorbeugenden und akuten Wirkung.<sup>2</sup>
- Bekämpft Symptom und Ursache gleichzeitig,<sup>3</sup> bindet Erreger und befördert sie aus dem Körper.
- Vorbeugend bei und zur Behandlung von Reisedurchfall.<sup>2</sup>
- Wahlweise als Kapsel oder Pulver im Beutel erhältlich.

### GUT FÜR DEN DARMS ...

- Stärkt die Infektabwehr des Körpers im Darm.<sup>4</sup>
- Reguliert die Darmflora.<sup>5</sup>
- Normalisiert die Verdauung.<sup>6</sup>
- Gut verträglich.<sup>2</sup>
- Keine Wechselwirkung mit Antibiotika zu erwarten.<sup>2</sup>
- Natürlicher Wirkstoff – auch für Kinder geeignet.<sup>7</sup>

Mit **Perenterol®** sind Sie gut vor Durchfall geschützt und bekämpfen die Erreger von Anfang an – damit es Ihnen schnell wieder besser geht!

<sup>1</sup> Höchter W et al.: Saccharomyces boulardii bei akuter Erwachsenenidiarrhoe. Münch. med. Wschr. 1990; 132: 188-192.

<sup>2</sup> Siehe Gebrauchs-Fachinformation.

<sup>3</sup> Gedek BR (1999): Adherence of Escherichia coli serogroup O 157 and the Salmonella Typhimurium mutant DT 104 to the surface of Saccharomyces boulardii. In: Mycoses 42: 261-264.

<sup>4</sup> Machado Caetano JA et al. (1986): Immunopharmacological effects of Saccharomyces boulardii in healthy human volunteers. In: Int J Immunopharmac 8: 345-365.

<sup>5</sup> Zaouche a, Loukil C et al. (2000): Effects of oral Saccharomyces boulardii on bacterial overgrowth, translocation and intestinal adaptation after small-bowel resection in rats. In: Scand J Gastroenterol, 35: 160-165.

<sup>6</sup> Cterucka D, Rampal P et al. (1999): Effect of Saccharomyces boulardii on cAMP- and CA<sup>2+</sup>-depend Cl Secretion in T84 cells. In: Dig Dis Sci, 44 (11): 2359-2368.

<sup>7</sup> Bis zum 2. Lebensjahr Verwendung nur nach Rücksprache mit dem Arzt (siehe Fach- bzw. Gebrauchsinformation).