

ColoCalm® Duo

NIMMT DEM PUPS DIE PUSTE

Simethicon entschäumt und
medizinische Kohle bindet die Gase.



2-Phasen-Tablette



ColoCalm® Duo

Blähungen –

ein Thema, das viele Menschen betrifft und über das niemand besonders gerne spricht. Fast **20 Prozent der europäischen Bevölkerung** kennen Blähungen aus eigener Erfahrung.¹ Medizinisch gesehen sind Blähungen meist harmlos, nur selten steckt eine ernste Erkrankung dahinter. Dennoch können Symptome, die mit Blähungen und Flatulenz einhergehen, äußerst belastend werden – ob im Beruf oder im Sozialleben.

In dieser Broschüre geben wir Ihnen einen Überblick über die häufigsten Ursachen von Blähungen. Lesen Sie außerdem, wie **ColoCalm® Duo** die mit Blähungen und Flatulenz verbundenen Symptome lindern kann. Neu und einzigartig am deutschen Markt ist die Wirkstoffkombination Simethicon + medizinische Kohle.

Inhaltsverzeichnis

Auftreten von funktionellen Darmbeschwerden	3
Was sind Blähungen?	4
Was ist Flatulenz?	5
Warum können Blähungen Bauchschmerzen verursachen?	5
Was können Sie gegen Blähungen unternehmen?	6
ColoCalm® Duo – Nimmt dem Pups die Puste	7
Wie wirkt die Wirkstoffkombination Simethicon + medizinische Kohle?	9
ColoCalm® Duo – mit innovativer 2-Phasen-Tablette	10
ColoCalm® Duo: Tabletten in zwei Packungsgrößen	11

1. Ballou, Sarah et al. Prevalence and Associated Factors of Bloating: Results From the Rome Foundation Global Epidemiology Study. Gastroenterology, Volume 165, Issue 3, 647 - 655.e4

Funktionelle Darmbeschwerden wie Blähungen können unter anderem auftreten ...



... bei Stress



... auf Reisen



**... bei einer gestörten
Darmflora (Darmmikrobiota)**



**... bei Unverträglichkeiten
wie einer Laktoseintoleranz**



**... bei blähenden
Lebensmitteln wie Kohl
und Hülsenfrüchten**



**... bei schnellem,
hastigem Essen**



**... durch bestimmte
Arzneimittel**

Was sind Blähungen?

In der Medizin werden Blähungen als Meteorismus bezeichnet. Konkret handelt es sich dabei um die übermäßige Ansammlung von Gasen im Darm.

Zu den typischen Symptomen bei Blähungen gehören:



..... **Aufstoßen und
Sodbrennen**

..... **Völlegefühl**

..... **Darmgeräusche
(Rumoren)**

..... **Bauchschmerzen/
Bauchkrämpfe**

..... **Flatulenz
(Darmwinde)**



Wichtig zu wissen:

Bei Blähungen und Flatulenz handelt es sich meistens um funktionelle Darmbeschwerden. Das bedeutet, diese Blähungen entstehen nicht aufgrund einer ernsten Erkrankung, sondern werden von bestimmten Auslösern verursacht. Sollten Sie jedoch feststellen, dass Sie über eine längere Zeit oder immer wieder an Blähungen, Flatulenz und an damit verbundenen Symptomen wie Bauchschmerzen leiden, empfiehlt sich ein Arztbesuch.

Was ist Flatulenz?

Auch das rektale Entweichen von Darmwinden hat einen eigenen Namen in der Medizinersprache: Flatulenz.

Grundsätzlich gesehen ist die Flatulenz eine effektive Möglichkeit des Körpers, blähende Gase loszuwerden – wie auch das Aufstoßen. Jedoch können häufige und ausgeprägte Darmwinde – wie die Blähungen selbst – zu einer starken Belastung im Alltag werden und zusammen mit weiteren Symptomen wie Bauchschmerzen die Lebensqualität erheblich einschränken.

Warum können Blähungen Bauchschmerzen verursachen?

Funktionelle Darmbeschwerden wie Blähungen, die durch Stress oder bestimmte Nahrungsmittel verursacht werden, gehen auch oft mit Bauchschmerzen einher.

Meist sind diese nur leicht ausgeprägt, zeitweise können sie sich aber auch als stark schmerzende Krämpfe äußern.

Der Grund: Zu viele Darmgase sitzen als unaufgelöste Gasblasen im Bauchraum fest und können nicht ausreichend entweichen. Dadurch kommt es zu einer Überdehnung der Darmwand und zu einer vermehrten Übermittlung von Schmerzsignalen an das Gehirn.

Was können Sie gegen Blähungen unternehmen?

Die gute Nachricht: Mit ein paar einfachen Maßnahmen können Sie selbst viel dafür tun, Blähungen zu reduzieren ...



Wärme:

Eine Wärmflasche auf dem Bauch oder ein wohltuendes Bad wirken entspannend.



Teezubereitungen:

Kräutertees mit natürlichen Zutaten wie Fenchel, Kümmel und Kamille wirken darmberuhigend.



Bewegung:

Jede Form der moderaten Bewegung ist geeignet, die Darmtätigkeit zu unterstützen.



Entspannungstechniken:

Entspannungsverfahren wie die progressive Muskelentspannung helfen, blähungsförderndes Stressempfinden zu reduzieren.



Massagen:

Leichte Bauchmassagen tragen dazu bei, Darmgase aufzulösen und nach außen zu transportieren.

Die Ernährung besitzt einen besonderen Stellenwert, wenn es darum geht, Blähungen zu verringern:



Vermeiden Sie kohlensäurehaltige Getränke, denn diese bedeuten für den Magen-Darm-Trakt von außen zugeführte Gase.



Nehmen Sie sich Zeit beim Essen und kauen Sie Ihre Speisen gut: Je besser gekaut, desto leichter verdaulich.



Setzen Sie auf frische Zutaten statt auf Fertiggerichte: So können Sie blähende Lebensmittel wie Hülsenfrüchte und Kohl gezielt vermeiden.



Trinken Sie ausreichend Wasser: Kohlen-säurefreies Wasser ist der ideale Unterstützer einer guten Verdauung ohne Blähungen.

ColoCalm® Duo – Nimmt dem Pups die Puste

Mit **ColoCalm® Duo** steht Ihnen ein neues Medizinprodukt zur Linderung der mit Blähungen und Flatulenz verbundenen Symptome zur Verfügung – jetzt erhältlich in Ihrer Apotheke.

ColoCalm® Duo:



Reduziert Flatulenz und Blähungen



Wirkt gegen Krämpfe und damit verbundene Schmerzen



Innovative 2-Phasen-Tablette für eine schnelle und langanhaltende Wirkung

Neu an ColoCalm® Duo ist seine auf dem deutschen Markt einzigartige Wirkstoffkombination Simethicon + medizinische Kohle.



Wie wirkt Simethicon?

Simethicon wirkt im Magen-Darm-Trakt als Entschäumer: Hier verringert Simethicon die Oberflächenspannung von Gasblasen. Diese kollabieren und die Gase werden freigesetzt.



Wie wirkt medizinische Kohle?

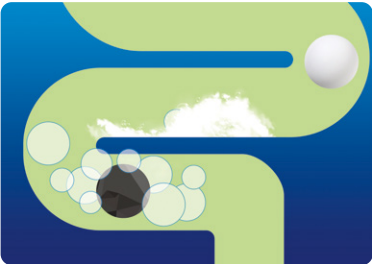
Medizinische Kohle ist eine speziell aufbereitete Aktivkohle: Mit ihrer feinporösen Oberfläche bindet medizinische Kohle freigesetzte Gase im Darm und unterstützt deren Abtransport.

Wie wirkt die Wirkstoffkombination Simethicon + medizinische Kohle?

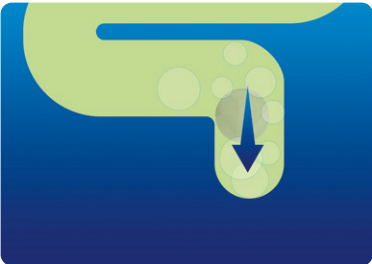
Beide Wirkstoffe wirken rein physikalisch und nur im Magen-Darm-Trakt.



1. **Simethicon** setzt das in Schaumbläschen eingeschlossene Gas frei.



2. **Medizinische Kohle** kann die freigesetzten Gase aufnehmen und binden.



3. Die medizinische Kohle wird mit den gebundenen Gasen ausgeschieden.

ColoCalm® Duo – mit innovativer 2-Phasen-Tablette



1 Sofort-Phase:

Etwa 50 % der Wirkstoffe werden im Magen innerhalb von 15 Minuten freigesetzt.

2 Depot-Phase:

Die vollständige Freisetzung der Wirkstoffe erfolgt im Darm innerhalb von 1 Stunde.

ColoCalm® Duo

Tabletten in zwei Packungsgrößen

ColoCalm® Duo

20 Tabletten | PZN: 19275834

40 Tabletten | PZN: 19275886

Dosierung und Art der Anwendung

Erwachsene:

1–2 Tabletten mit einem Glas Wasser nach den beiden Hauptmahlzeiten; maximal 4 Tabletten pro Tag.

Jugendliche ab 14 Jahren:

1 Tablette mit einem Glas Wasser nach den beiden Hauptmahlzeiten; maximal 2 Tabletten pro Tag.



- Reduziert Flatulenz und Blähungen
- Wirkt gegen Krämpfe und damit verbundene Schmerzen

Besuchen
Sie uns für weitere
Informationen und
hilfreiche Tipps auf
www.colocalm-duo.de



Art. Nr. 9603693