

Die Kundenberatung im November und Dezember

Lebensstilmaßnahmen und Laxanzien

Natriumpicosulfat: Zuverlässig und schonend bei akuter Obstipation

Ursachen für eine akute Verstopfung gibt es viele: ballaststoffarme Ernährung, Bewegungsmangel und zu geringe Flüssigkeitszufuhr gehören dazu; aber auch Hektik und Stress. Zeigen Allgemeinmaßnahmen wie vermehrtes Trinken keinen Erfolg, sind Laxanzien wie z. B. Natriumpicosulfat eine gute Empfehlung.

Apothekerin: Guten Morgen Frau Langenholm, was kann ich für Sie tun?

Kundin: Ich habe da mal wieder ein Problem mit meiner Verdauung.

Apothekerin: Täglicher Stuhlgang ist aber kein Muss! Das kann individuell sehr verschieden sein – normal ist zwischen dreimal pro Tag und dreimal pro Woche.

Kundin: Normalerweise klappt das bei mir jeden Morgen ganz gut. Aber manchmal geht tagelang nichts mehr und es ist total hart. (1)

Apothekerin: Haben Sie denn gerade besonders viel um die Ohren oder haben Sie Ihre Ernährung umgestellt?

Kundin: Zur Zeit kommt einiges zusammen ... dieser ewige Stress im Büro, dann habe ich keine Zeit mich richtig zu bewegen und vor lauter Frust esse ich abends auch noch Schokolade und trinke ein Glas Rotwein dazu. (2)

Apothekerin: Da haben Sie recht, das sind lauter Faktoren, die eine Verstopfung begünstigen. Haben Sie denn weitere Beschwerden wie z. B. Fieber oder Schmerzen? (3)

Kundin: Nein, nichts dergleichen. Ich habe es auch schon mit reichlich Wasser trinken versucht – leider ohne den gewünschten Erfolg. (4)

Apothekerin: In dieser akuten Situation ist die Einnahme eines Abführmittels

sinnvoll. Ich empfehle Ihnen die Laxans-ratiopharm® 7,5 mg/ml Pico Tropfen. Sie enthalten einen Wirkstoff, der gezielt im Dickdarm wirkt. Der Körper wird so nicht unnötig belastet. (5)

Kundin: Das ist gut, mein Magen ist ziemlich empfindlich.

Apothekerin: Die Tropfen lassen sich außerdem ganz nach Ihrem persönlichen Bedarf dosieren. Erwachsene

nehmen in der Regel 10 bis 20 Tropfen ein. Das Dosieren ist mit dieser Tropftube einfacher als mit vielen herkömmlichen Tropfflaschen: Halten Sie die geöffnete Tube senkrecht nach unten. Durch anhaltendes Drücken lösen sich einzelne Tropfen.

Kundin: Wie lange muss ich warten bis es wirkt?

Apothekerin: Am besten nehmen Sie die Tropfen am Abend ein. Der Effekt tritt relativ zuverlässig nach zehn bis zwölf Stunden ein. Es ist nicht nötig, durch starkes Pressen eine vorzeitige Entleerung zu erzwingen.

Kundin: Alles klar!

Apothekerin: Noch ein Wort zur Verpackung: Die praktische Tropftube der Laxans-ratiopharm® 7,5 mg/ml Pico Tropfen ist leicht und unzerebrechlich – also besonders gut geeignet zum Mitnehmen.

Kundin: Das ist ja prima, dann ist gleich für den nächsten Urlaub vorgesorgt!



CHECKLISTE

(1) Obstipation / Rom-III-Kriterien

- Weniger als drei Defäkationen/Woche
- Starkes Pressen beim Stuhlgang nötig
- Klumpiger harter Stuhl
- Gefühl der inkompletten Entleerung
- Gefühl der anorektalen Blockade

Für das Vorliegen einer Obstipation müssen mindestens zwei Kriterien erfüllt sein

(2) Ursachen akuter Obstipation – u. a.

- Veränderte Ess- und Lebensgewohnheiten (z. B. auf Reisen)
- Stress, Termindruck (unbewusstes Unterdrücken des Defäkationsreizes)
- Hormonelle Schwankungen

(3) Wann zum Arzt?

- Neu aufgetretene Obstipation, anhaltende oder starke Beschwerden
- Zusätzliche Symptome: Fieber, starke Schmerzen, Übelkeit, Erbrechen
- Blut im Stuhl, Gewichtsverlust

(4) Obstipation und Lebensstil

- Faserreiche Kost, ausreichende Flüssigkeitszufuhr und viel Bewegung fördern die Verdauung
- Zu wenig Ballaststoffe, Flüssigkeit und Bewegung können eine Obstipation auslösen oder verstärken
- Nicht in allen Fällen können erhöhte Ballaststoffzufuhr, vermehrtes Trinken und viel Bewegung eine Obstipation beseitigen

(5) Laxans-ratiopharm® 7,5 mg/ml Pico Tropfen

- Enthalten 7,5 mg Natriumpicosulfat/ml
- Wirken im Dickdarm
- Individuelle Dosierung nach Bedarf
- Gute Steuerbarkeit; Wirkeintritt nach 10 bis 12 Stunden
- Tropftube mit 30 ml und Tropfflasche mit 50 ml

Apothekerin: Hier noch ein Tipp zum Schluss: Wenn es gerade gar nicht ohne Schokolade und Rotwein geht, trinken Sie doch wenigstens ein großes Glas Wasser dazu. Und steigen Sie eine Station früher aus dem Bus und gehen das letzte Stück zu Fuß. Vielleicht hilft das eine Verstopfung beim nächsten Mal zu vermeiden.

Kundin: Vielen Dank für die Beratung!

Laxans-ratiopharm® 7,5 mg/ml Pico Tropfen zum Einnehmen, Lösung

Wirkstoff: Natriumpicosulfat. Qualitative und quantitative Zusammensetzung: 15 Tr. (entspr. 1 ml) enth. 7,5 mg Natriumpicosulfat (als Natriumpicosulfat 1 H₂O). Sonst. Bestandt.: Natriumbenzoat, Sorbitol-Lösung 70% (nicht kristallisierend) (Ph.Eur.), Natriumcitrat (Ph.Eur.), Citronensäure-Monohydrat, Gereinigtes Wasser. Anwendungsgebiete: Zur Anwendung bei Verstopfung sowie bei Erkrankungen, die eine erleichterte Stuhlentleerung erfordern. Wie and. Abführmittel sollte dieses AM ohne differenzialdiagnostische Abklärung nicht tgl. oder über einen längeren Zeitraum eingenommen werden. Gegenanzeigen: Überempfindlichkeit gg. den Wirkstoff, and. Triarylmethane od. einen der sonst. Bestandt., Ileus, Darmobstruktion, akute Bauchbeschwerden wie Appendizitis, akut entzündl. Erkrank. des Magen-Darm-Traktes, starke Bauchschmerzen in Verbind. mit Übelkeit und Erbrechen, schwere Dehydratation, Kdr. unter 4 J. Warnhinw.: AM enth. Sorbitol! Schwangerschaft/Stillzeit: Auf Anwendung währ. der Schwangerschaft sollte verzichtet werden. Anwendung währ. der Stillzeit mögl. Nebenwirkungen: Allergische Reaktionen (einschl. Hautreaktionen und Angioödem). Schwindel, Synkopen. Diarrhoe, abdominale Beschwerden, Bauchschmerzen, Bauchkrämpfe, Übelkeit, Erbrechen, Bei unsachgemäßer Anw.: Verlust von Wasser, Kalium und and. Elektrolyten. Dies kann zu Stör. der Herzfunktion und zu Muskelschwäche führen, insbes. bei gleichz. Einnahme von Diuretika od. Kortikosteroiden. Verkehrshinweis! Dosierung: Erw.: 10-20 Tropfen (entspr. 5-10 mg Natriumpicosulfat). Kdr. ab dem 4. Lebensj. und Jugendl.: 5-10 Tropfen (entspr. 2,5-5 mg Natriumpicosulfat). Tropfen am besten abends einnehmen. Wirkungseintritt nach ca. 10-12 Std. Wechselwirkungen: Diuretika, Kortikosteroide, Herzglykoside, Antibiotika. Apothekenpflichtig. Stand: 5/14. – ratiopharm GmbH, 89070 Ulm