

Indische Flohsamen

pflanzliches Abführmittel mit Quellstoffen
Körner zum Einnehmen

Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, denn sie enthält wichtige Informationen für Sie. Dieses Arzneimittel ist ohne Verschreibung erhältlich. Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muß Aurica Indische Flohsamen jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden.

- Bewahren Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später noch einmal lesen.
- Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.
- Wenn sich Ihre Symptome verschlimmern oder keine Besserung eintritt, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.
- Wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation angegeben sind, informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

1. Was ist Indische Flohsamen und wofür wird er angewendet?

Indische Flohsamen ist ein pflanzliches Abführmittel mit Quellstoffen. Indische Flohsamen wird angewendet:

- zur Behandlung von Stuhlverstopfung,
- zur Bildung von weichem Stuhl,
- wenn eine erleichterte Darmentleerung erwünscht ist, z.B. bei Einrissen in der Afterschleimhaut, Hämorrhoiden,
- nach rektal-analen operativen Eingriffen
- in der Schwangerschaft
- zur unterstützenden Therapie bei Durchfällen unterschiedlicher Ursache
- bei Reizdarm

2. Was müssen Sie vor der Einnahme von Indischen Flohsamen beachten?

Indische Flohsamen darf nicht eingenommen werden, wenn Sie überempfindlich (allergisch) gegen Flohsamen sind, bei krankhafter Verengung der Speiseröhre und im Magen-Darm-Trakt, bei drohendem oder bestehendem Darmverschluss, bei schwer einstellbarer Diabetes mellitus

Weitere Vorsichtsmaßnahmen und Warnhinweise bei der Anwendung von Indischen Flohsamen:

Nehmen Sie dieses Arzneimittel mit reichlich Flüssigkeit ein, da es sonst zum Anschwellen der Speiseröhre und / oder des Rachenraumes kommen kann. Nehmen Sie dieses Arzneimittel nicht im Liegen und nicht bei Schluckbeschwerden ein. Beim Auftreten länger andauernder oder unklarer Beschwerden im Magen-Darm-Bereich sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

Bei Einnahme von Indischen Flohsamen mit anderen Arzneimitteln

Die Resorption von gleichzeitig eingenommenen Medikamenten kann verzögert werden, deshalb sollte ein Abstand von 1/2 bis 1 Stunde nach der Einnahme von Arzneimitteln eingehalten werden.

Hinweis: Bei insulinpflichtigen Diabetikern kann eine Reduzierung der Insulindosis erforderlich sein.

Bei weiteren Fragen oder Klärungsbedarf fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

Kinder unter 12 Jahren: Zur Anwendung von Aurica Indische Flohsamen bei Kindern unter 12 Jahren liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. Aurica Indische Flohsamen sollte daher von Kindern unter 12 Jahren nicht eingenommen werden.

Schwangerschaft und Stillzeit: Es bestehen keine Einwände gegen eine Verabreichung in der Schwangerschaft und Stillzeit.

3. Dosierungsanleitung und Art der Anwendung

Die folgenden Angaben gelten, soweit Ihnen Ihr Arzt Aurica Indische Flohsamen nicht anders verordnet hat. Bitte halten Sie sich an die Anwendungsvorschriften, da Aurica Indische Flohsamen sonst nicht richtig wirken kann.

Soweit nicht anders verordnet, wird mehrmals täglich 1 Teelöffel (ca. 5 g) Indische Flohsamen oder 1 Portionsbeutel nach Vorquellen (10 – 20 Minuten) mit etwas Wasser (ca. 100 ml), unter Nachtrinken von 1 bis 2 Glas Wasser eingenommen. Es sollte ein Abstand von 1/2 bis 1 Stunde nach der Einnahme von Arzneimitteln eingehalten werden.

Hinweis: Trinken Sie die Flüssigkeit nicht im Liegen. Nehmen das Produkt nicht trocken ein, immer mit reichlich Flüssigkeit.

Da keine besonderen Vorsichtsmaßnahmen vorliegen können Indische Flohsamen vor, während oder nach dem Essen eingenommen werden.

Dauer der Anwendung:

Die Dauer der Anwendung ist prinzipiell nicht begrenzt, beachten Sie jedoch die Angaben unter Anwendungsgebiete.

Diese Packungsbeilage beinhaltet:

1. Was ist Indische Flohsamen und wofür wird er angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Anwendung von Indischen Flohsamen beachten?
3. Dosierungsanleitung und Art der Anwendung
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wann dürfen Sie das Arzneimittel nicht mehr einnehmen und wie ist das Arzneimittel aufzubewahren?
6. Weitere Informationen

4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann Indische Flohsamen Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

In Einzelfällen können Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten.

In seltenen Fällen können speziell bei Verwendung von pulverisierter Droge allergische Reaktionen auftreten.

In solchen Fällen sollten Sie Aurica Indische Flohsamen nicht weiter einnehmen und zur Klärung der Anwendung Ihren Arzt oder Apotheker befragen. Eventuell bestehende Beschwerden wie Blähungen und Völlegefühl können während der ersten Behandlungstage verstärkt auftreten, diese klingen aber im Verlauf der weiteren Behandlung ab.

Informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker, wenn eine der aufgeführten Nebenwirkungen Sie erheblich beeinträchtigt oder Sie Nebenwirkungen bemerken, die nicht in dieser Gebrauchsinformation aufgeführt sind.

5. Wann dürfen Sie das Arzneimittel nicht mehr anwenden und wie ist das Arzneimittel aufzubewahren?

Sie dürfen das Arzneimittel nach dem auf dem Umkarton und dem Innenbeutel aufgedruckten Verfalldatum nicht mehr anwenden.

Das Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.

In der Originalverpackung, vor Licht, Wärme, Feuchtigkeit und vor Geschmacksbeeinträchtigungen, geschützt aufbewahren.

6. Weitere Informationen

Was dieses Arzneimittel enthält.

100 g enthalten wirksame Bestandteile: 100 g Indische Flohsamen
Sonstige Bestandteile sind nicht enthalten.

Darreichungsform und Inhalt nach Gewicht:

Indische Flohsamen sind ovale, schiffchenförmige, 1,5-3,5 mm lange Körner von stark variierender Farbe, von blassrosa bis graubraun und rötlichgelb.

Aurica Indische Flohsamen 100 g (PZN 0419911)

Aurica Indische Flohsamen 250 g (PZN 0420601)

Aurica Indische Flohsamen 1 kg (PZN 0420699)

Aurica Indische Flohsamen 20 Portionsbeutel à 5 g (PZN 7301472)

Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:

Aurica Naturheilmittel und Naturwaren GmbH

Püttlinger Straße 121, 66773 Schwalbach

Indische Flohsamen

Indische Flohsamen sind die Samen der Pflanze *Plantago ovata*. Das einjährige, niedrige Kraut gehört zur Familie der Wegerichgewächse. Die Pflanze ist im Iran und Indien beheimatet, wird dort und in Nachbarländern kultiviert. Die 1,5-3,5 mm langen Indische Flohsamen variieren in der Farbe stark, von blaßrosa bis graubraun und rötlichgelb reichend. Die ovalen, schiffchenförmigen Samen sind in Wasser eingebracht, stark quellfähig und sind innerhalb kurzer Zeit von einer farblosen durchscheinenden Schleimschicht umgeben. Sie enthalten 20-30 % Schleimstoffe, die ausschließlich in der Epidermis der Samenschale vorkommen.

Sie bestehen zu 85 %, aus schwach sauer reagierenden Arabinoxylanen mit einem Anteil an Galactose und geringem Gehalt an Rhamnose und Galaturonsäure.

Wichtigstes Qualitätsmerkmal ist die Quellungszahl, meist zwischen 11 und 14.

In der Medizin werden die stark quellfähigen Samen zusammen mit reichlich Flüssigkeit als Abführmittel zur Behandlung von Stuhlverstopfung (Obstipation), zur unterstützenden Therapie bei Durchfällen unterschiedlicher Ursache und zur Linderung des Reizdarmsyndroms (RDS) verwendet. Die enorme Quellfähigkeit führt zur Erhöhung des Füllvolumens im Darm. Dadurch kommt es zu einem Dehnungsreiz, der entstehende Druck löst den Reflex zur Darmentleerung aus. Zugleich erleichtert die gequollene Schleimmasse als Gleitschicht den Transport des Darminhalts.

Bei Einnahme von 15 g Indische Flohsamen pro Tag über einen Zeitraum von 2 Wochen konnte eine Senkung des Serumcholesterolspiegels von etwa 8% beobachtet werden.

Literatur

(1) R. Jaspersen-Schib, Dtsch. Apoth. Ztg. 132, 1991-1995 (1992)

Aurica Indische Flohsamen

Aurica® Indische Flohsamen ist ein rein pflanzliches Abführmittel mit Quellstoffen in geprüfter Arzneibuchqualität.

- ✓ rein pflanzlich
- ✓ glutenfrei
- ✓ führen nicht zur Gewöhnung
- ✓ ideal auch zur Langzeiteinnahme
- ✓ für Erwachsene und Kinder über 12 Jahren
- ✓ auch während der Schwangerschaft und Stillzeit

Die natürliche Wirkung von Aurica® Indische Flohsamen beruht auf einem pflanzlichen Quellstoff (Ballaststoff).

Ballaststoffe sind wichtig für eine gesunde Verdauung. Die Bedeutung des Darms für unser Wohlergehen wird uns erst bewusst, wenn er aus dem Gleichgewicht gerät und auf sich aufmerksam macht. Dabei gibt es viele Möglichkeiten, auf natürliche Art und Weise eine gesunde Darmflora und funktionierende Verdauung zu fördern. Ballaststoffe können hier mit ihren verdauungsfördernden Eigenschaften einen wesentlichen Beitrag leisten, hin zu einem guten Bauchgefühl. Ganz im Gegensatz zu der Herkunft des Wortes "Ballast" sind aus ernährungsphysiologischer Sicht Ballaststoffe alles andere als überflüssig und wertlos. Ihre Eigenschaft Flüssigkeit zu binden, führt im Darm zu einer Volumenzunahme des Stuhls und regt durch den entstehenden Druck die natürliche Darmbewegung an. Diese Quellfähigkeiten ermöglichen den Ballaststoffen einen vielseitigen Einsatz.

Unsere Tipps:

Unterstützen Sie die Wirkung von Aurica Indische Flohsamen durch eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung mit viel Gemüse, Obst und Vollkornprodukten.

Trinken Sie ausreichend Flüssigkeit.

Körperliche Bewegung und Sport können die Verdauung positiv beeinflussen.

