

GUTE PILLEN – SCHLECHTE PILLEN

Unabhängige Informationen zu Ihrer Gesundheit

ISSN 1861-6046 3 €

Liebe Leserinnen und Leser,



Ab in die Sonne:
Der Winter ist für viele Menschen Reisezeit. Nicht nur Wintersport ist angesagt, oft wird der Sonnenhun-

ger mit Fernreisen gestillt. Durchfall kann einem da so manchen Tag vermiesen. In *Gute Pillen – Schlechte Pillen* finden Sie hilfreiche Tipps, falls es Sie erwischt hat. Für wichtige Produkte haben wir auf Seite 11 die Preise verglichen.

Im Zeitalter des Internets wird es immer einfacher, sich Gesundheitsprodukte über das Internet zu bestellen. Wer sich Nahrungsergänzungsmittel bestellt, geht sogar ein Risiko für seine Gesundheit ein. Worauf Sie achten müssen, lesen Sie auf S. 8. Ausführliche Tipps zum Schutz vor Scharlatanerie und Quacksalberei finden Sie auf S. 6.

Wir finden es wichtig, dass sich Patienten in Gruppen organisieren und für ihre Rechte eintreten. Nicht gut finden wir dagegen, wenn Pharmaunternehmen „Selbsthilfegruppen“ gründen (S. 12).

Einen ruhigen und erholsamen Jahreswechsel wünschen wir

Dr. Christian Wagner
ZB MED

Ihr Dr. Christian Wagner

Verhütung und Behandlung von Durchfall Aufruhr im Darm

Durchfall (Diarrhö) kann einem die ganze Reise vermiesen – diese Erfahrung macht so mancher Urlauber. Auch zu Hause ist man vor Durchfallerkrankungen nicht gefeit. Selbst in der Winterzeit erwischt es Viele. Wir beschreiben, wie Sie am besten vorbeugen können. Und falls es Sie doch trifft, sagen wir Ihnen, welche Maßnahmen und Medikamente bei Durchfall sinnvoll oder überflüssig sind und wann ärztlicher Rat angebracht ist.

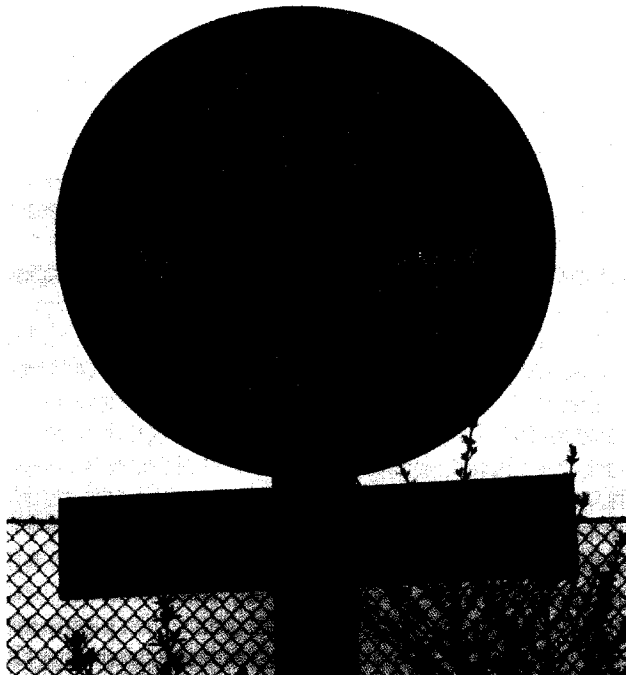


Foto: Esther Hildebrandt /fotolia

Ursachen der Erkrankung

Häufig sind Speisen, die man nicht gut verträgt, der Auslöser von Durchfall. Auch Medikamente, Angst und Stress können Schuld sein. Oft handelt es sich um eine Infektion mit Viren, Bakterien oder Parasiten. Die Ansteckung erfolgt in der Regel durch Spuren von infiziertem Stuhl oder Kot. Diese Spuren gelangen auf Umwegen in den Mund – z.B. durch ungenügend gewaschene Hände oder Gemüse, das mit Fäkalien gedüngt

wurde. Über den Mund kommen die Erreger dann in den Magen-Darm-Trakt (fäkal-orale Ansteckung).

Welche Beschwerden sind möglich?

Wenn sich eine bedeutende Anzahl von Erregern im Darm festsetzt, wird häufig die Funktion der Dünndarmzellen gestört. Dadurch können große Mengen Flüssigkeit aus dem Gewebe in den Darm strömen. Das führt dann zu wässrigen Durchfällen (Di-

arrhöen, dia = durch; rrhoe = Fluss). Meist fühlt man sich erschöpft und matt.

Vor allem Bakterien setzen sich gerne im Dickdarm fest und verursachen dort blutige Darmwandentzündungen. In diesen Fällen leidet man meist zusätzlich unter Bauchschmerzen und stellt eitrigen Schleim und Blut auf dem breiigen Stuhl fest. Gelegentlich tritt auch Fieber auf. Manchmal ist einem auch zusätzlich übel und man muss sich übergeben. In der Regel klingt ein Durchfall innerhalb von vier Tagen ab, Erbrechen meist nach 24 Stunden.

weiter Seite 2

Inhalt

Was tun gegen Durchfall.....	1
Schein-Innovationen.....	4
Werbung - Aufgepasst!.....	5
Leserbriefe.....	6
Indizien für Quacksalberei.....	6
Nahrungsergänzung im Internet	8
Muskelaufbaupräparate.....	9
Arzneimittelsorgung.....	10
Zwei-Klassen-Medizin.....	10
Preisvergleich: Durchfall.....	11
Industrie gründet	
Patientenorganisation.....	12
Nachlese:	
Professor als Werbeträger.....	12
Impressum.....	9