

gegen Verstopfung

Lecicarbon®

Nach dem Vorbild der Natur

- schnelle Hilfe nach 15-30 Minuten
- ohne Nebenwirkungen
- keine Gewöhnung

Dem Vorbild der Natur nachempfunden, entspricht die Behandlung mit Lecicarbon® exakt der natürlichen Darmtätigkeit. Lecicarbon® aktiviert mit natürlichem Kohlendioxid die Peristaltik und stellt die Darmtätigkeit wieder her.

Lecicarbon® führt dadurch nicht zur Gewöhnung und ist nebenwirkungsfrei verträglich, für Erwachsene, Kinder, Säuglinge und während der Schwangerschaft.

Lecicarbon® E / K / S CO₂-Laxans

Anwendungsgebiete: Zur kurzfristigen Anwendung bei verschiedenen Ursachen der Stuhlverstopfung, z.B. bei schlackenarmer Kost oder mangelnder Bewegung sowie bei Erkrankungen, die eine erleichterte Stuhlentleerung erfordern. Zur Darmentleerung bei diagnostischen oder therapeutischen Maßnahmen im Enddarmbereich. Lecicarbon® kann auch zusätzlich angewendet werden, wenn vorher andere Abführmittel erfolglos genommen wurden.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

www.lecicarbon.de

athenstaedt D-Wolfratshausen · CH-Bruggen

Die wichtigsten Grundlagen einer gesunden Verdauung:

Ballaststoffe

Ballaststoffe sind z.B. in Vollkorn, Roggen, Knäckebrot, Vollreis, Hirse, Hülsenfrüchten, Gemüse und Obst enthalten. Ballaststoffe mit reichlich Flüssigkeit bringen Ihren Darm in Bewegung.

Bewegung

Bewegung ist ein grundlegender Faktor für die Verdauung. Kontinuierliche Bewegung dient der Motorik des Darms. Um die Verdauung anzuregen, sind tägliche Spaziergänge von mindestens 1/2 Stunde zu empfehlen. Auch gymnastische Übungen, insbesondere der Bauch- und Beinmuskulatur, regen die Verdauung an.

Zwischenmahlzeiten

Zwischenmahlzeiten regen die Darmperistaltik an. Im Sinne einer geregelten Verdauung ist es wichtig, neben den Hauptmahlzeiten kleinere Zwischenmahlzeiten zu sich zu nehmen. Getrocknete Aprikosen, Pflaumen, wie auch Müsli und Joghurt sind hier zu empfehlen. Besonders förderlich ist Weizenkleie in Verbindung mit viel Flüssigkeit.

Flüssigkeit

Achten sie darauf, daß zu jeder Mahlzeit etwas getrunken wird. Auch nach dem Aufstehen kann ein warmes, stimulierendes Getränk (z.B. Tee) sehr anregend für die Verdauungsfunktion sein.

Lecicarbon®

Nach dem Vorbild der Natur

- schnelle Hilfe nach 15-30 Minuten
- ohne Nebenwirkungen
- keine Gewöhnung

Verstopfung?

...durch zu wenig Bewegung? →

...durch zu viel Hektik und Stress? →

...durch ballaststoffarme Ernährung? →

schnelle Hilfe mit dem CO₂-Zäpfchen

Lecicarbon®

Nach dem Vorbild der Natur

