

**Vielen Dank, dass Sie sich für ein Produkt aus dem Hause Dr. Böhm® entschieden haben!**



Sie nützen damit die geballte Kraft der Natur für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden. Nachstehend finden Sie alle wichtigen Informationen, zu den Vorteilen und der Wirkweise von **Dr. Böhm® Darm aktiv**:

## DER NUTZEN FÜR IHRE GESUNDHEIT

**Dr. Böhm® Darm aktiv** vereint fünf speziell aufeinander abgestimmte, pflanzliche Ballaststoffe aus Flohsamen, Gerstengras, Pflaume, Apfel und Yaconwurzel. Zusätzlich leistet Kümmel einen wertvollen Beitrag zur Verdauung. So wird der Besuch der Toilette zu einer angenehmen Erleichterung.

**Ballaststoffe** sind ein bedeutender Bestandteil der menschlichen Ernährung und unverzichtbar für unser Verdauungssystem. So empfiehlt die Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE) eine tägliche Ballaststoffaufnahme von mindestens 30 g. Laut dem österreichischen Ernährungsbericht erreichen die meisten Österreicher diesen Wert nicht. Auch bei Hämorrhoiden oder der Neigung zu Hämorrhoiden empfehlen Fachärzte speziell die regelmäßige Zufuhr von Ballaststoffen, insbesondere Flohsamenschalen.

Aufgrund ihrer faserreichen Beschaffenheit und ihrer speziellen Eigenschaft, Wasser im Darm zu binden, kommt es zu dem so wichtigen Aufquellen des Speisebreis. Dieser Quelleffekt führt zu einer sanften Dehnung der Darmmuskulatur. Dadurch wird der Stuhlgang leichter.

**Flohsamen** enthalten in ihren Schalen hohe Mengen an Quellstoffen, die einen weichen Stuhl begünstigen - so wie er eigentlich sein sollte. Dabei wird eine regelmäßige und angenehme Darmentleerung unterstützt.

Ergänzt werden die pflanzlichen Ballaststoffe um:

**Kümmel** wirkt wohltuend auf den Magen-Darm-Trakt und leistet einen wertvollen Beitrag zu einer normalen Verdauung.

**Magnesium** unterstützt das Elektrolytgleichgewicht und eine normale Muskelfunktion wie etwa im Darm.

**Biotin** trägt zur Erhaltung gesunder Schleimhäute wie zum Beispiel auch im Darm bei.

## GUT ZU WISSEN

Wesentlich für eine gut funktionierende Verdauung sind Bewegung, eine ballaststoffreiche Ernährung und eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Achten Sie darauf, über den Tag verteilt mindestens 1,5 – 2 Liter Wasser zu trinken.

**Dr. Böhm® Darm aktiv** unterstützt mit Flohsamen und Kümmel die Verdauungsprozesse sanft und auf natürliche Weise. Es besteht kein Risiko eines Gewöhnungseffekts. Gleichzeitig bewirken die unverdaulichen Ballaststoffe ein angenehmes Sättigungsgefühl, indem das Volumen des Speisebreis im Magen erhöht wird.

## Dr. Böhm® QUALITÄTSGARANTIE

Bei Dr. Böhm® verfolgen wir seit jeher ein Prinzip exzellenter Qualität bei der Entwicklung unserer Produkte. Aus unserer Sicht sind fünf Säulen entscheidend, um Ihnen nur die hochwertigsten pflanzlichen bzw. natürlichen Präparate anbieten zu können:

- ✓ Herausragende Rohstoffqualität
- ✓ Sinnvolle bzw. korrekte Dosierungen
- ✓ Synergistische Kombinationen
- ✓ Ideale Galenik (= Zusammensetzung)
- ✓ Herstellung ausschließlich nach höchsten Arzneimittelstandards (= GMP) – auch bei Nahrungsergänzungsmitteln.



**Dr. Böhm® – darauf können Sie vertrauen.**

Zusammensetzung pro:	1 Sachet
Flohsamenschalenpulver	2000 mg
Gerstengraspulver	200 mg
Pflaumenpulver	200 mg
Yaconwurzelpulver	200 mg
Apfelpektin	400 mg
entspr. Gesamtballaststoffe	2110 mg
Kümmel-Extrakt	300 mg
Magnesiumcitrat	1197 mg
entspr. Magnesium	188 mg
Biotin	75 µg

## DOSIERUNG UND VERWENDUNG

Bei Bedarf morgens und abends je 1 Sachet in ein leeres Glas geben und mit 0,25 l Wasser auflösen.

Kinder ab 6 Jahren je 1/2 Sachet.

Aufgrund des starken Quelleffekts unmittelbar nach dem Lösen trinken. Kein Gewöhnungseffekt – zur Langzeiteinnahme geeignet. Die empfohlene Tagesdosis nicht überschreiten.



**Frei von Lactose, Hefe und Gelatine. Glutenfrei.**



**Vegan**

**Packungsgröße(n):** 20 Sachets  
1 Sachet enthält 0,21 BE.

### Zubereitung:



## AUCH INTERESSANT FÜR SIE:



**Dr. Böhm® Blutdruckformel**  
– zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutdrucks



**Dr. Böhm® Haut Haare Nägel**  
– für schöne Haut, volles Haar, feste Nägel



**Dr. Böhm® Ein- und Durchschlaf akut**  
– Verkürzt die Einschlafzeit, unterstützt das Durchschlafen



Mehr Information zum **umfangreichen Produktsortiment** von Dr. Böhm® für die ganze Familie finden Sie auf **www.dr-boehm.at**

## EIN QUALITÄTSPRODUKT VON:

APOMEDICA  
Pharmazeutische Produkte GmbH  
Roseggerkai 3, 8010 Graz, Austria  
Tel.: +43 316 823533-0  
Fax: +43 316 823533-52  
E-Mail: office@apomedica.com  
www.apomedica.com

Die 6 Marken aus dem Hause

**APOMEDICA**

