

Sevisana AG

---

*Reine Flohsamen Schalen SevisanaLine*

SevisanaLine

---

**Ansprechpartner Dr. med. Jürg Eichhorn**

Fon +41 (0)71-350 10 20  
Adresse Im Lindenhof  
E-Mail [drje49@gmail.com](mailto:drje49@gmail.com)

Fax +41 (0)71-350 10 21  
Bahnhofstr. 23  
[www.ever.ch](http://www.ever.ch)

CH-9100 Herisau

*Reine Flohsamen Schalen SevisanaLine*

---

Wasser-lösliche, quellende Nahrungsfasern, Zucker-frei

## Verbraucher Information

### Anwendungsgebiete

Als Nahrungsergänzung zur Regulierung der Darm Tätigkeit.

#### Innerlich:

Chronische Verstopfung. Erkrankungen, bei denen eine erleichterte Darm Entleerung mit weichem Stuhl erwünscht ist (z. B. Anal-Fissuren, Hämorrhoiden, nach rektal-analen operativen Eingriffen, Schwangerschaft). Unterstützende Therapie bei Durchfall unterschiedlicher Ursache und bei Reiz Darm (Colon irritable). Entzündungen der Schleimhäute des Magen-Darm Bereiches (u.a, Colitis ulcerosa). Fettstoffwechsel Störungen (erhöhtes Cholesterin)

Fäulnis- und Gärungsstühle (*Leaky-Gut Syndrom*, Syndrom des undichten Darmes)

Als tägliche Nahrungsergänzung, auch bei geregelten Stuhlverhältnissen.

#### Äusserlich:

Bei entzündlichen Haut Erkrankungen, Furunkulose und Abszesse, zur Schmerz Linderung bei Gicht, Rheuma und rheumatischen Gelenkerkrankungen. Die Wirksamkeit auf diesen Anwendungsgebieten ist bisher nicht belegt.

### Als Nahrungsergänzung zur unterstützenden Behandlung bei der Gewichtsregulation.

Dank dem hohen Wasser Bindungsvermögen quellen die Flohsamen Schalen bereits im Magen auf. Der erhöhte Füllungsdruck beschleunigt das Sättigungsgefühl. Für das starke Quellverhalten sind Schleim Polysaccharide verantwortlich, die sich in den Samen Schalen befinden. Diese Schleim Stoffe bewirken weiter unten im Darm ein vergrößertes Stuhl Volumen, was einen Dehnungsreiz auf die Darm Wand ausübt und so die Darm Passage verkürzt.

Flohsamen Schalen verzögern die Aufnahme von Kohlenhydraten aus dem Darm und verlängern so die Phase des Sättigungsgefühls.

### Eigenschaften

Flohsamen Schalen zeichnen sich durch eine hohe Quell-Wirkung aus. Sie reizen den Darm nicht.

In Wasser quellen Flohsamen Schalen bis auf das 40-fache Volumen auf (ganze Flohsamen nur auf das 15-fache). *Reine Flohsamen Schalen SevisanaLine* eignen sich daher vorzüglich als Stuhl-Regulans bei Verstopfung und Durchfall. Flohsamen Schalen wirken leicht Cholesterin senkend und verzögern die Kohlenhydrat Aufnahme. Sie enthalten das Iridoidglykosid Aucubin, dem eine Leber schützende Wirkung nachgesagt wird. Die Darm Tätigkeit wird reguliert. Bei Verstopfung verkürzt sich die Transit Zeit durch die Zunahme des Stuhl Volumens. Daraus resultiert ein weicherer Stuhl und eine gesteigerte Stuhl Entleerung. Bei Durchfall verlängert sich die Transit Zeit durch die Wasser Bindung und somit tritt eine Durchfall lindernde Wirkung ein. Flohsamen Schalen bewirken eine Senkung des Serum-Cholesterin Spiegels und eine Hemmung der Gallensäuren im unteren Darm Abschnitt.

## Inhalt

Reine Flohsamen Schalen, zuckerfrei. Ohne Konservierungsmittel. In der Epidermis der Samen Schale befinden sich etwa 20 bis 30% Schleimstoffe (Polysaccharide). Die Monosaccharid Bausteine der Schleimpolysaccharide sind überwiegend Xylose und Arabinose, die ein verzweigtes Arabinoxylan bilden. Am Aufbau der Seiten Ketten sind auch Rhamnose und Galacturonsäure beteiligt, im gelbildenden Anteil 4-O-Methylglucuronsäure. Weitere Bestandteile: Ca. 5 % fettes Öl, wenig Stärke, ca. 0,21% Aucubin.

- Nähr- und Brennwert Angaben pro 100 g:
- Brennwert 90 kJ/ 21 Kcal
- Ballaststoffe 83,69 g
- Eiweiss 2,38 g
- Kohlehydrate 1,73 g
- Fett 0,55 g, BE 0,14

(Herstellerangabe)

## Lieferform

350 g Dose

Hergestellt in der Schweiz

## Haltbarkeit und Lagerung

*Reine Flohsamen Schalen SevisanaLine* sind mindestens 24 Monate haltbar. Kühl und trocken lagern.

## Wichtige Hinweise

Wirkungseintritt nach 12 bis 24 Stunden. Der maximale Effekt wird erst nach einer Einnahme von 2 bis 3 Tagen erreicht. Werden Flohsamen Schalen ½ Stunde vor den Mahlzeiten eingenommen, tritt eine Sättigungswirkung und demzufolge eine Appetitverminderung ein.  
Für Kinder unerreichbar aufbewahren.

**Dosierungsempfehlung**

Bei der Einnahme von *Reinen Flohsamen Schalen SevisanaLine* kann es zu Beginn der Behandlung gelegentlich zu Blähungen kommen oder Blähungen werden verstärkt. In diesem Falle empfiehlt sich eine einschleichende Dosierung:

Beginnen Sie mit 1-mal 1/2 oder 1-mal 1 Teelöffel täglich. Flohsamen Schalen werden mit reichlich Flüssigkeit eingenommen. Sofort trinken! Zur Geschmacksverbesserung ist die Zugabe von Frucht Säften erlaubt. Bei erheblichen Darm Problemen wird die Tagesdosis auf 3-4 Einzelgaben verteilt. Die Einnahme bei Übergewicht erfolgt vorzugsweise ½ bis ¼ Stunde vor dem Essen (vermehrtes Sättigungsgefühl aufgrund der quellenden Wirkung).

- Allgemein empfohlene Dosierung: 3-mal 1 Teelöffel in einem grossen Glas Wasser
- Dosierungsmöglichkeiten: 1-mal 1½ bis 3-mal 1½ Teelöffel täglich
- Bei Verstopfung: Flohsamen Schalen mit viel Wasser einnehmen
- Bei Durchfall: Dosierung erhöhen, nur wenig Wasser begeben (Stuhl-Eindickung)

Passen Sie die Dosis Ihrem Wohlbefinden an. Ziel: Der Stuhl darf weder kleben noch stinken! Die Dosierung richtet sich nach den Beschwerden und den Ernährungs- und Lebensgewohnheiten. Finden Sie Ihre persönliche Wohlfühldosierung. Eine dauerhafte Anwendung von 1- 1½ Teelöffel täglich ist auch für gesunde, ernährungsbewusste Menschen empfehlenswert.

**Unerwünschte Wirkungen**

Infolge der Quellwirkung kann gelegentlich ein Völlegefühl oder ein Appetit Mangel auftreten.

In seltenen Einzelfällen können Überempfindlichkeitsreaktionen an der Haut und den Atmungsorganen auftreten, insbesondere bei Patienten mit Asthma, Nesselfieber (chronischer Urtikaria) und bei Personen mit Überempfindlichkeit auf Acetylsalicylsäure und andere Rheuma- und Schmerzmittel. In solchen Fällen ist stets mit kleinen Probedosen zu beginnen. Gelegentliche Blähungen sowie Völlegefühl, besonders zu Beginn der Behandlung, sind normal. Schwere Darmträgheit oder eine zu hohe Dosierung können zu verstärkten Blähungsbeschwerden führen.

**Anwendungseinschränkung**

Krankhafte Verengung von Speiseröhre und Magen-Darm-Trakt (Darm Verschluss). Schwere Darm-Trägheit (verlängerte Transitzeit des Nahrungsbreis durch den Darm). Bei neu auftretender Verstopfung ist ein Darm Verschluss durch den Arzt auszuschliessen. Bei Zwerchfell Bruch (Hiatus Hernie).

Bei schwer einstellbarer Diabetes mellitus. Bei schweren Entzündungen des Magen-Darm-Trakts kann die Verstopfung unter Umständen verstärkt werden. Hier wird die Einnahme mit einschleichender Dosierung empfohlen. Patienten mit Neigung zu Schluck Beschwerden (die Einnahme von quellenden Substanzen ist erschwert) nehmen zuerst Rücksprache mit dem Arzt auf.

**Dauer der Anwendung**

Aufgrund des physiologischen Wirkprinzips besteht keine Einschränkung der Anwendungsdauer. Bei Bedarf können Flohsamen Schalen über Jahre hinweg eingenommen werden.

**Besondere Hinweise**

Wechselwirkungen mit anderen Mitteln: Die Resorption von gleichzeitig eingenommenen Medikamenten kann möglicherweise verzögert werden. Bei insulin-pflichtigen Diabetikern ist der Blut Zucker engmaschiger zu kontrollieren. Eine Reduzierung der Insulin Dosis kann erforderlich sein.

Wenn andere Medikamente eingenommen werden, sollte die Einnahme von *Reine Flohsamen Schalen SevisanaLine* erst nach ½ bis 1 Stunde erfolgen.

**Schwangerschaft, Stillzeit**

*Reine Flohsamen Schalen SevisanaLine* dürfen auch in der Schwangerschaft und während der Stillzeit eingenommen werden.