

# Therapeutisches Management der chronischen Obstipation

Nach dem Expert Opinion Statement im Namen der Schweizerischen Gesellschaft für Gastroenterologie (SGG), 2022<sup>1</sup>

## Statement 1

- ▶ Verstopfung ist ein häufiges medizinisches Problem, mit einer Beeinträchtigung der Lebensqualität. (Grad A)

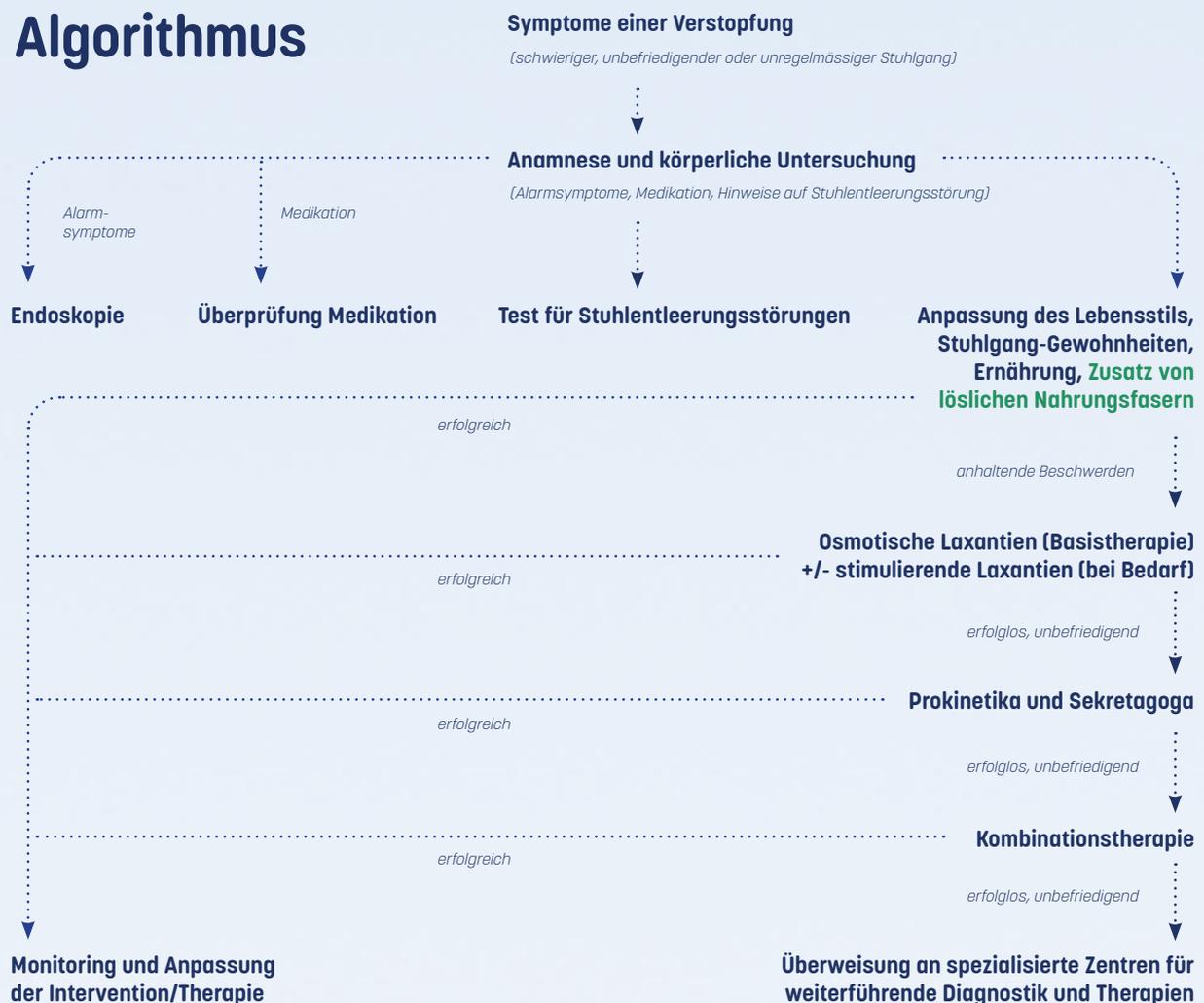
## Statement 3

- ▶ Die Prävalenz der chronischen Verstopfung ist höher bei Frauen. (Grad A)

## Statement 4

- ▶ Die Prävalenz der chronischen Verstopfung nimmt mit dem Alter zu. (Grad A)

## Algorithmus



## Statement 13

- ▶ Eine erhöhte Nahrungsfaserzufuhr wird allgemein empfohlen. Dies betrifft sowohl die Nahrungsfasern in der Ernährung sowie auch die Einnahme von geeigneten Fasersupplementen. (Grad C)

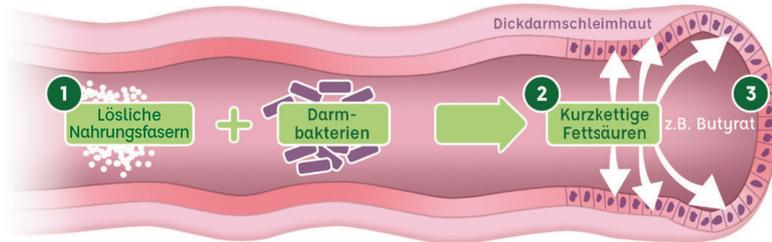
## Statement 16

- ▶ Quellmittel, insbesondere lösliche Nahrungsfasern, werden bei der Behandlung von chronischer Verstopfung empfohlen. (Grad B)  
Kommentar: Nahrungsfasersupplemente werden traditionell als die Behandlung 1. Wahl bei chronischer Verstopfung eingesetzt, aufgrund ihrer geringen Kosten und ihres günstigen Sicherheitsprofils.

# Optifibre® - Teilhydrolysiertes Guarkernmehl (PHGG)

## 100 % pflanzliche und lösliche Nahrungsfasern

### Was passiert in unserem Darm?



- ▶ PHGG fermentiert langsam, hilft die übermäßige Gasbildung zu vermeiden und verbessert die Verträglichkeit<sup>2,3</sup>
- ▶ PHGG erhöht die Gesamtproduktion kurzkettiger Fettsäuren<sup>4</sup>
- ▶ PHGG normalisiert die Stuhlfrequenz sowie Konsistenz und nährt die Darm-Mikrobiota<sup>5-9</sup>

### Teilhydrolysiertes Guarkernmehl bei Patienten mit chronischer Verstopfung:

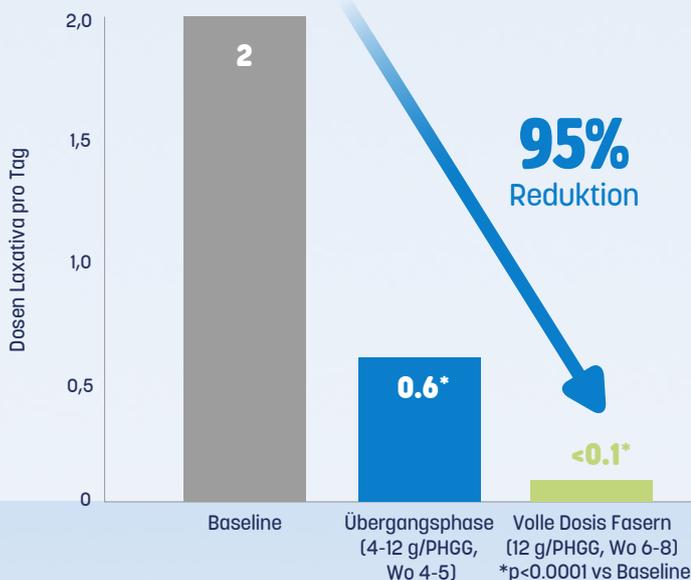
Signifikante Verbesserung der Verstopfungssymptome nach 4 Wochen Supplementierung (5 g/Tag) bei Erwachsenen mit chronischer Verstopfung<sup>10</sup>

Kolontransitzeit:  
**Reduktion von 12 h**

Stuhlgang mit Anstrengung:  
**Reduktion von >60%**

wöchentliche Anzahl der spontanen Stuhlgänge:  
**x 3 (verdreifacht)**

### Signifikante Reduktion des Gebrauchs von Laxantien bei Pflegeheimbewohnern<sup>11</sup>



Optifibre®



- ▶ ist einfach in den Alltag zu integrieren: neutraler Geschmack, Geruch, Textur und wasserlöslich
- ▶ benötigt keine zusätzliche Wassereinnahme, praktisch bei restriktiver Flüssigkeitsaufnahme (z.B. Herz- und Niereninsuffizienz) und vermindertem Durstgefühl

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät)

#### Referenzen:

1. Pohl D, Levenfus I, Adamina M, Capraru S, Heinrich H, Krieger-Grübel C, Linas I, Restellini S, Tutuian, R. (2022). Therapeutic management of chronic constipation - Expert Opinion Statement on behalf of the Swiss Society of Gastroenterology. 2. Vulevic J, et al. FEMS Microbiol Lett 2004;236(1):153-159 3. Slavin J. Nutrients 2013;5(4):1417-1435 4. Velazquez M, et al. Anaerobe 2000;6:87-92 5. Ohashi Y, et al. Benef Microbes 2015;6(4):451-455 6. Takahashi H, et al. J Nutr Sci Vitaminol 1994;40(3):251-259 7. Okubo T, et al. Biosci Biotech Biochem 1994;58(8):1364-1369 8. Carlson J, et al. Anaerobe 2016;42:60-66 9. Yasukawa Z, et al. Nutrients 2019;11(9):2170-2185 10. Polymeros D, et al. Dig Dis Sci 2014;59(9):2207-2214 11. Patrick PG, et al. J Am Diet Assoc 1998;98(8):912-914