

# DAP Teamschulung

## Schnelle Hilfe bei Magen-Darm-Beschwerden



Beschwerden im Magen-Darm-Trakt, wie z. B. Blähungen, Völlegefühl nach dem Essen oder Magenkrämpfe, dürften den meisten Menschen aus eigener Erfahrung bekannt sein: In einer Umfrage gaben 69% der Befragten (über 18 Jahre) an, dass sie in den letzten 12 Monaten Magen-Darm-Beschwerden hatten.<sup>1</sup> Diese können nicht nur unangenehm sein, sondern auch die Lebensqualität einschränken. Schnelle Hilfe aus der Apotheke ist hier gefragt: Bei Magen-Darm-Beschwerden haben sich GASTEO® Tropfen bewährt, die mit einer einzigartigen Heilpflanzenkomposition aus natürlichen Bitterstoffen und magenberuhigenden Heilpflanzen für eine schnelle Linderung der Beschwerden sorgen.<sup>2</sup> Zur Unterstützung Ihrer Beratungstätigkeit erfahren Sie in der nachfolgenden Teamschulung mehr über die kraftvollen Inhaltsstoffe und ihre Wirkung auf Magen und Darm.

### Teilnehmer/-in

(bitte eintragen: Name, Datum):

T1:

T2:

T3:

T4:

T5:

T6:

T7:

### Vielfältige Magen-Darm-Beschwerden schnell lindern

Magen-Darm-Beschwerden zählen zu den häufigsten gesundheitlichen Problemen und treten in jedem Alter auf. Sie äußern sich z. B. durch Magenkrämpfe, Blähungen oder Völlegefühl und können das Wohlbefinden stark einschränken. Die Ursachen können vielfältig sein und sind daher oft schwer auszumachen: Neben Unverträglichkeiten oder einer unausgewogenen Ernährung spielen häufig auch Stress und psychische Belastungen eine Rolle.

Symptome von Magen-Darm-Beschwerden:

- **Starke Blähungen und Blähbauch**
- **Magendruck und Völlegefühl**
- **Magenkrämpfe**
- **Leichte Übelkeit**
- **Verstopfung oder Durchfall (teilweise im Wechsel)**

Meist sind Magen-Darm-Beschwerden harmlos und bessern sich innerhalb kurzer Zeit. Regelmäßige und ausgewogene Mahlzeiten, der Verzicht auf stark zuckerhaltige, fetthaltige oder blähende Lebensmittel sowie eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr und Bewegung können die Verdauung positiv beeinflussen.

Alltagstipps bei Verdauungsbeschwerden:

- **Mahlzeiten bewusst genießen und gründlich kauen**
- **Allzu üppige Mahlzeiten vermeiden**
- **Alkohol in Maßen genießen**
- **Leichte Bewegung wie z. B. Spaziergehen**
- **Ausreichende Flüssigkeitszufuhr**

Allerdings reichen die Alltagstipps häufig nicht aus, um die Beschwerden zu lindern. Schnelle Hilfe kommt dann in Form von Arzneipflanzen, die einen beruhigenden Einfluss auf den Magen-Darm-Trakt ausüben, wie z. B. Kamille. Des Weiteren haben sich natürliche Bitterstoffe bewährt, die Völlegefühl und Blähungen schnell entgegenwirken, wie sie z. B. in Wermut enthalten sind.<sup>2,3</sup>

Eine einzigartige Kombination aus perfekt aufeinander abgestimmten natürlichen Bitterstoffen und magenberuhigenden Heilpflanzen enthält das pflanzliche Arzneimittel GASTEO® Tropfen. Dank der kraftvollen Komposition der insgesamt sechs Heilpflanzen können GASTEO® Tropfen bei zahlreichen Magen-Darm-Beschwerden helfen.

### Natürliche Bitterstoffe

Natürliche und schnell wirksame Bitterstoffe liefern die Bitterstoffpflanzen Wermutkraut, Angelikawurzel und Benediktenkraut, die alle drei in GASTEO® Tropfen enthalten sind. Bitterstoffe regen im Allgemeinen bereits im Mund die Verdauung an, indem sie die Magensäuresekretion fördern und die Darmperistaltik aktivieren, wodurch Magen und Darm entlastet und Blähbauch sowie Völlegefühl gelindert werden.<sup>4,5</sup>

#### Wermutkraut

Wermutkraut enthält verschiedene Inhaltsstoffe wie Bitterstoffe, Flavonoide, ätherische Öle, Gerbstoffe und Ascorbinsäure. Wermut zeichnet sich durch seinen besonders hohen Gehalt an Bitterstoffen aus, es ist neben Enzian eine der stärksten Bitterstoffdrogen. Die Bitterstoffe können einen positiven Einfluss auf die Verdauung ausüben: Bereits auf der Zunge aktivieren sie Bitter-Rezeptoren und steigern so die Produktion von Verdauungssäften. Dadurch regen die Bitterstoffe sofort die Verdauung an und verringern Blähbauch und Völlegefühl.

Wermutkraut wirkt:<sup>2</sup>

- ➔ **verdauungsanregend,**
- ➔ **antibakteriell,**
- ➔ **entzündungshemmend,**
- ➔ **kräftigend.**



#### Angelikawurzel

Angelikawurzel (Arznei-Engelwurz) enthält eine Vielzahl von Inhaltsstoffen wie ätherische Öle, Terpene, Furocumarine, Flavonoide sowie Bitter- und Gerbstoffe. Die ätherischen Öle und die Bitterstoffe regen die Bildung von Magensäure, Gallensäure und Enzymen der Bauchspeicheldrüse an. Durch die Unterstützung der Bildung von Magen- und Gallensäure hilft Angelikawurzel auch bei Völlegefühl und Blähungen.<sup>6</sup>

Angelikawurzel wirkt:<sup>2</sup>

- ➔ **appetitanregend,**
- ➔ **verdauungsanregend,**
- ➔ **leicht entzündungshemmend.**



#### Benediktenkraut

Benediktenkraut enthält ebenfalls Bitterstoffe und ätherische Öle, die eine verdauungsfördernde Wirkung haben und so bei Magen-Darm-Beschwerden helfen können.

Der bittere Geschmack von Benediktenkraut löst die Wirkung im Magen-Darm-Trakt unmittelbar aus: Beschwerden werden gelindert und der Blähbauch verschwindet.<sup>7</sup>

Benediktenkraut wirkt:<sup>2</sup>

- appetitanregend,
- verdauungsfördernd,
- antimikrobiell,
- entzündungshemmend.



Natürliche Bitterstoffe wirken sofort<sup>4</sup> und regen schon im Mund die Verdauung an.

## Magenberuhigende Heilpflanzen

Neben den drei natürlichen Bitterpflanzen enthalten GASTEO® Tropfen auch drei magenberuhigende Heilpflanzen: Gänsefingerkraut, Süßholzwurzel und Kamille, die krampfartige Magen-Darm-Beschwerden lindern. Zudem werden den einzelnen Heilpflanzen weitere positive Effekte auf den Magen-Darm-Trakt zugeschrieben.

### Gänsefingerkraut

Gänsefingerkraut enthält u. a. Flavonoide, Gerbstoffe, Triterpene, Polyphenole, Phenolcarbonsäuren und andere organische Säuren. Es wirkt krampflösend auf Magen und Darm und kann dadurch Bauchschmerzen lindern, die mit Krämpfen verbunden sind. Daher wurde es in der Volksmedizin auch als Krampfkraut bezeichnet.<sup>8-11</sup> Dank seiner Gerbstoffe bildet es eine schützende Schicht auf Magen- und Darm-Schleimhaut und wirkt sowohl direkt als auch indirekt entzündungshemmend.

Gänsefingerkraut wirkt:<sup>2</sup>

- adstringierend,
- krampflösend,
- schmerzstillend,
- entzündungshemmend,
- beruhigend.



### Süßholzwurzel

Die Süßholzwurzel enthält etwa 400 Inhaltsstoffe, u. a. Glycyrrhizin, Flavonoide und Cumarine, die für ihre Wirkung entscheidend sind. Sie lindert Sodbrennen und Gastritis, wirkt krampflösend, beruhigt die Schleimhäute des Verdauungstrakts, reguliert den Säuregehalt und schützt so vor Reizungen, Entzündungen und Geschwüren.<sup>12-14</sup>

Süßholzwurzel wirkt:<sup>2</sup>

- entzündungshemmend,
- antibakteriell,
- krampflösend,
- schleimhautprotektiv.



### Kamille

Kamille ist eine der bekanntesten und am häufigsten verwendeten Heilpflanzen. Besonders die Blüte, die Flavonoide, Schleimstoffe und ätherische Öle enthält, wirkt entspannend und beruhigend bei Völlegefühl, Blähungen und krampfartigen Magen-Darm-Beschwerden.<sup>15-17</sup>

Kamille wirkt:<sup>2</sup>

- entzündungshemmend,
- antibakteriell,
- beruhigend,
- krampflösend.



Die magenberuhigenden Heilpflanzen lindern krampfartige Magen-Darm-Beschwerden.

### Natürliche Bitterstoffe

wirken sofort und aktivieren schon im Mund gezielt Prozesse, die Magen und Darm schnell entlasten<sup>5</sup>

Wermutkraut  
Benediktenkraut  
Angelikawurzel

Sie regen mit ihrem hohen Gehalt an Bitterstoffen die Verdauung an, indem sie

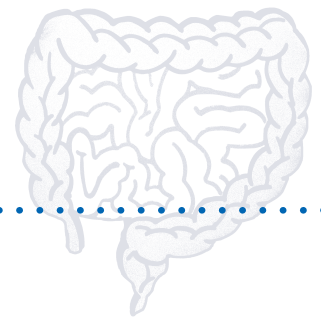
- die Magensäuresekretion fördern,<sup>4</sup>
- im Darm den Peristaltik-Reiz auslösen.<sup>18</sup>

### Magenberuhigende Heilpflanzen lindern krampfartige Magenbeschwerden

Gänsefingerkraut	Entfaltet adstringierende und schleimhautberuhigende Effekte <sup>11</sup>
Kamillenblüten	Wirken nachweislich spasmolytisch und beruhigend <sup>15</sup>
Süßholzwurzel	Entfaltet schleimhautschützende und entzündungshemmende Effekte <sup>4</sup>

## Studien zu Bitter- und Inhaltsstoffen von GASTEO® Tropfen

- Bitterstoffe aktivieren Bitterstoffrezeptoren, die nicht nur im Mund, sondern im ganzen Magen-Darm-Trakt vorkommen, und können so die Verdauung regulieren.<sup>4,5,18</sup>



- In klinischen Studien konnte gezeigt werden, dass Wermutextrakte bei entzündlichen Darmerkrankungen helfen können.<sup>19</sup>
- Ellagitannine aus Gänsefingerkraut werden von unserem Mikrobiom zu darmprotektiven und antientzündlichen Substanzen, den Urolithinen, verstoffwechselt.<sup>9</sup>
- Eine klinische Studie zeigte, dass Süßholwurzelextrakte bei dyspeptischen Beschwerden, wie z. B. Reizmagen, Blähungen und Völlegefühl, helfen können.<sup>12</sup>

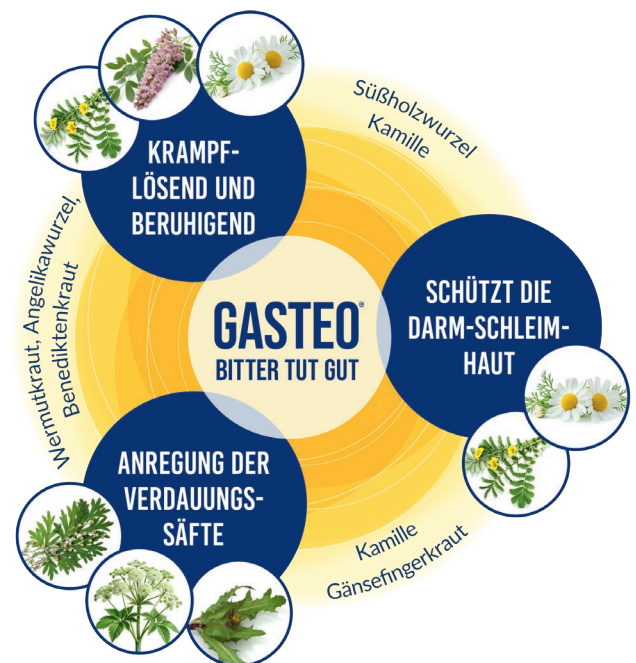
## GASTEO® Tropfen sind eine gute Empfehlung ...

... für Personen über 18 Jahre mit Magen-Darm-Beschwerden: GASTEO® Tropfen lindern Völlegefühl, Blähungen und Magenkrämpfe spürbar und schnell. GASTEO® Tropfen auf einen Blick:

- ➔ Entblähen
- ➔ Entkrampfen und beruhigen
- ➔ Regen die Verdauungssäfte an<sup>4,5</sup>
- ➔ Schützen die Darmschleimhaut<sup>9</sup>
- ➔ Sorgen für eine **schnelle Linderung der Beschwerden**

## GASTEO® Tropfen überzeugen ...

... nicht nur durch ihre einzigartige, kraftvolle Heilpflanzenkomposition und die schnelle Linderung von Magen-Darm-Beschwerden, sondern auch durch ihre gute Verträglichkeit (sie enthalten kein Schöllkraut). Ein weiterer Vorteil von GASTEO® Tropfen ist ihre lange Haltbarkeit: Sie sind 3 Jahre und nach Anbruch noch 12 Monate haltbar. Außerdem überzeugen GASTEO® Tropfen durch ihr gutes Preis-Leistungs-Verhältnis.



## Menschen zu helfen – für Cesra Arzneimittel eine Herzensangelegenheit

**Gutes empfehlen, Gutes tun:** GASTEO® ist eine Marke von Cesra Arzneimittel. Cesra spendet alle nicht ins Unternehmen reinvestierten Erlöse über die 1988 gegründete Redel Stiftung für humanitäre Zwecke. Mit den Marken von Cesra können Sie nicht nur Ihren Kundinnen und Kunden Gutes tun, sondern unterstützen gleichzeitig weltweit Menschen in Not. Weitere Infos unter [www.cesra.de](http://www.cesra.de).





# DAP Teamschulung

## Schnelle Hilfe bei Magen-Darm-Beschwerden

### Das Wichtigste in Kürze:

#### Indikation:

Bei leichten Verdauungs- und krampfartigen Magen-Darm-Beschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen)

#### Inhaltsstoffe:

- Natürliche Bitterstoffe: Wermutkraut, Benediktenkraut, Angelikawurzel
- Magenberuhigende Heilpflanzen: Gänsefingerkraut, Kamille, Süßholzwurzel

#### Dosierung und Anwendungshinweise:

Für Erwachsene ab 18 Jahren beträgt die empfohlene Dosis 3-mal täglich 30 Tropfen, die zu oder nach den Mahlzeiten pur oder in etwas Flüssigkeit eingenommen werden.

#### Dauer der Anwendung:

Wenn nach 2 Wochen keine Besserung eintritt, sollte zur Abklärung eventuell zugrunde liegender Erkrankungen ärztlicher Rat eingeholt werden.

#### Packungsgrößen:

- 20 ml Tropfen PZN 10738439
- 50 ml Tropfen PZN 10738445
- 100 ml Tropfen PZN 19337110

### Vorteile von GASTEO®:

- Mit 6 perfekt aufeinander abgestimmten Heilpflanzen: GASTEO® überzeugt durch eine einzigartige, kraftvolle Komposition aus schnell wirksamen natürlichen Bitterstoffen und magenberuhigenden Heilpflanzen.
- Schnelle Linderung zahlreicher Magen-Darm-Beschwerden – die Bitterstoffe wirken schon im Mund<sup>4,5</sup>
- Pflanzlich, zuverlässig und gut verträglich
- Nach Anbruch 12 Monate haltbar
- Preiswert



- 1 Meinungsforschungsunternehmen forsa im Auftrag der ABDA – Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände. Befragt wurden 3.000 Bundesbürgerinnen und -bürger ab 18 Jahren zu Beschwerden in den vergangenen 12 Monaten.
- 2 <https://www.gasteo.de/>, abgerufen am 25.03.2026
- 3 <https://www.gasteo.de/magazin/verdauung/verdauungsprobleme-symptome-ursachen-und-tipps/>, abgerufen am 25.03.2026
- 4 Liszt I et al. Caffeine induces gastric acid secretion via bitter taste signaling in gastric parietal cells. PNAS 2017; 114(30): E6260–E6269
- 5 Depoortere I. Taste receptors of the gut: emerging roles in health and disease. Gut 2014; 63(1): 179–190
- 6 Bhat ZA et al. International Journal of Nutrition, Pharmacology, Neurological Diseases 2011; 1(1): 36–50
- 7 Ziętal K et al. Cnicus benedictus: Folk Medicinal Uses, Biological Activities, and In Silico Screening of Main Phytochemical Constituents. Planta Med 2024; 90(13): 976–991
- 8 Monographie BGA/BfArM (Kommission E): Potentillae anserinae herba (Gänsefingerkraut), 30.11.1985, Heftnummer: 223
- 9 Piwowarski JP et al. Role of human gut microbiota metabolism in the anti-inflammatory effect of traditionally used ellagitannin-rich plant materials. J Ethnopharmacol 2014; 155(1): 801–809
- 10 Tomczyk M, Latté KP. Potentilla – a review of its phytochemical and pharmacological profile. J Ethnopharmacol 2009; 122(2): 184–204
- 11 Deutsche Apothekerzeitung. Gänsefingerkraut – Wohltat für Magen und Darm. Online verfügbar unter: <https://www.deutsche-apotheker-zeitung.de/daz-az/2015/daz-17-2015/gaensefingerkraut-wohltat-fuer-magen-und-darm>, abgerufen am 25.03.2026
- 12 Raveendra KR et al. An Extract of Glycyrrhiza glabra (GutGard) Alleviates Symptoms of Functional Dyspepsia: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Study. Evid Based Complement Alternat Med 2012; 216970
- 13 HMPc-Monographie Glycyrrhiza glabra L., EMA/HMPC/108395/202
- 14 Mamedov. Plant and human health, Volume 3: Pharmacology and therapeutic uses (2019): 1–21
- 15 HMPc-Monographie Kamille, EMA/HMPC/55843/2011
- 16 Monographie BGA/BfArM (Kommission E): Matricariae flos (Kamillenblüten), 05.12.1984, Heftnummer: 228
- 17 European Scientific Cooperative on Phytotherapy (ESCOP) Monograph, Matricariae flos (Matricaria Flower), 2nd Edition (2003)
- 18 Camillo L et al. Bitter Taste Receptors 38 and 46 Regulate Intestinal Peristalsis. International Journal of Molecular Sciences 2025; 26(5): 2092
- 19 Krebs S et al. Wormwood (Artemisia absinthium) suppresses tumour necrosis factor alpha and accelerates healing in patients with Crohn's disease—a controlled clinical trial. Phytomedicine 2010; 17(5): 305–309

**GASTEO® Flüssigkeit zum Einnehmen. Zusammensetzung:** 10 ml (entspricht 9,7 g) enthalten Auszüge aus: Gänsefingerkraut (1:1,7-2,2) 3,5 ml, Auszugsmittel: Ethanol 40% (V/V), Süßholzwurzel (1:1,7-2,2) 1,5 ml, Auszugsmittel: Ethanol 40% (V/V), Angelikawurzel (1:1,7-2,2) 0,5 ml, Auszugsmittel: Ethanol 40% (V/V), Benediktenkraut (1:1,7-2,2) 0,5 ml, Auszugsmittel: Ethanol 40% (V/V), Wermutkraut (1:1,7-2,2) 0,5 ml, Auszugsmittel: Ethanol 40% (V/V), Kamillenblüten (1:1,7-2,2) 2,0 ml, Auszugsmittel: Ethanol 45% (V/V). **Sonstige Bestandteile:** Ethanol 96% (V/V), gereinigtes Wasser. Enthält 0,5 g Alkohol (Ethanol) pro 1,3 ml. **Anwendungsgebiete:** Traditionelles pflanzliches Arzneimittel angewendet bei Erwachsenen zur Linderung von leichten Verdauungsbeschwerden (z. B. Völlegefühl, Blähungen), sowie leichten krampfartigen Beschwerden im Magen-Darm-Trakt ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. **Gegenanzeigen:** Überempfindlichkeit gegen einen der Wirkstoffe, Korbblütler oder einen der sonstigen Bestandteile des Arzneimittels, Verschluss des Gallenganges, Entzündung der Gallengänge und Lebererkrankungen, Schwangerschaft und Stillzeit, Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren. **Nebenwirkungen:** Überempfindlichkeitsreaktionen, verstärkte Neigung zu Sonnenbrand mit Rötung und Blasenbildung. (Stand: 12/2024) **Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Flugstraße 11, 76532 Baden-Baden**