

## Anwendung

### Zum Diätmanagement bei Darmträgheit mit Verstopfung:



Je 15 g Linusit® GOLD Leinsamen (2 Dosierlöffel). Für Kinder von 6-12 Jahren nur 1 Dosierlöffel.



Möglichst unzerkaut einnehmen.



1-2 Gläser Wasser (mindestens 150 ml) nachtrinken. Bitte achten Sie auf eine reichliche Flüssigkeitszufuhr pro Tag.

### Zum Diätmanagement bei Darmträgheit mit Schleimhautreizung oder mit Divertikeln:

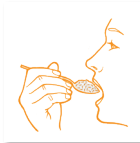
15 g Linusit® GOLD Leinsamen (2 Dosierlöffel) in ca. 400 ml Wasser einrühren und ggf. kurz aufkochen.



Ab und zu umrühren und mehrere Stunden quellen lassen.



Leinsamen-Gelzubereitung mit Samen oder abgeseibt ohne Samen verzehren.



Damit die Linusit® GOLD Leinsamen auch gut aufquellen, ist es wichtig, am Anfang mehrmals umzurühren. Um die Gelstärke der Schleimzubereitung etwas zu erhöhen, kann die Leinsamen-Wasser-Mischung kurz aufgekocht werden.

## Auf einen Blick

Die für Linusit® GOLD Leinsamen eingesetzten Samen sind eine Spezialzüchtung mit einem besonders hohen Anteil an gelbildenden Schleimpolysacchariden. Sie wirken durch ihre starke Quellfähigkeit und ihre muköse Konsistenz als begleitendes Diätmanagement bei Darmträgheit mit typischen Symptomen wie



- ✓ Verstopfung
- ✓ Divertikeln
- ✓ Schleimhautreizung

Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät).

### Verzehrempfehlung

Bis zu 3-mal täglich möglichst vor oder zum Essen verzehren.

- bei Darmträgheit mit Verstopfung die Leinsamen möglichst unzerkaut mit ausreichend Wasser einnehmen.
- bei Darmträgheit mit Schleimhautreizung oder Divertikeln nur vorgequollenen Leinsamen verzehren

### Zutaten

Linusit® Goldleinsamen (100%)

### Wichtige Hinweise

- Linusit® GOLD Leinsamen müssen unter ärztlicher Aufsicht verwendet werden.
- Nicht verzehren bei Darmverschluss.
- Es ist nicht als einzige Nahrungsquelle geeignet.
- Bitte achten Sie auf einen Abstand von mindestens 1/2 - 1 Stunde zur Einnahme von Arzneimitteln.

Erhältlich in Fachgeschäften, wie Reformhaus und Apotheke



250g PZN -16778546 (Art.-Nr. 80080)  
500g PZN -16778552 (Art.-Nr. 80081)  
1000g PZN -16778569 (Art.-Nr. 80082)

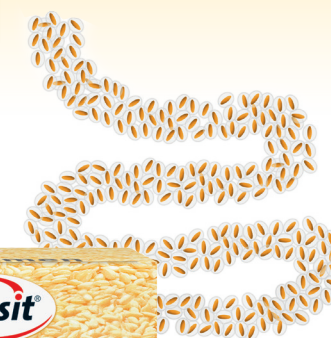
Bergland-Pharma GmbH & Co.KG  
87751 Heimertingen / Allgäu  
www.linusit.de



## Der GOLD-Standard für den Darm

Zum Diätmanagement bei Darmträgheit mit typischen Symptomen wie

- ✓ Verstopfung
- ✓ Divertikeln
- ✓ Schleimhautreizung



Linusit®. Für ein gutes Bauchgefühl.

# Linusit® GOLD Leinsamen

Linusit® GOLD Leinsamen sind eine besondere Züchtung. Durch ihren hohen Gehalt an Schleim-Polysacchariden quellen sie wesentlich länger und stärker auf als normale Leinsamen. Zudem bilden sie ein besonders weiches, schleimartiges Gel, welches sich leicht vom Samen ablöst und die Darmschleimhaut benetzen kann.

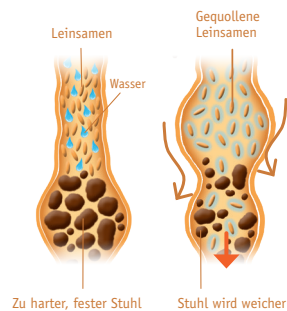


- ✓ Effektiv durch natürliche Quellstoffe
- ✓ Aktivieren die Darmbewegung
- ✓ Schützen die Schleimhaut

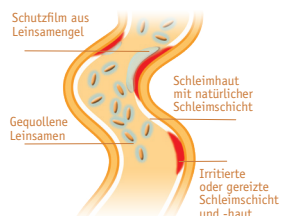
Das ergänzende Diätmanagement bei Darmträgheit!

## Diätetischer Effekt bei Darmträgheit mit Verstopfung

Die mit viel Wasser eingenommenen Leinsamen erreichen im Darm ihr maximales Volumen. Die Darmwand wird so gedehnt und der Darminhalt wird weicher. Die natürliche Darmbewegung wird hierdurch diätetisch positiv unterstützt.



## Diätetischer Effekt bei Darmträgheit mit Schleimhautreizung oder Divertikeln



Das Gel der vorgequollenen Linusit® GOLD Leinsamen legt sich wie ein Film auf die durch Verstopfung gereizte Schleimhaut des Darms. Die starke Gelschicht um die Samen pflegt ebenso die Schleimhaut bei Divertikeln.

# Linusit® Leinsamen - für den Transport

Der Magen-Darm-Trakt transportiert die Nahrung durch den Körper und schließt sie hierbei auf. So werden die Nährstoffe verwertbar gemacht und dann zumeist im Dünndarm aufgenommen. Letztendlich schleust der Dickdarm die übriggebliebenen Nahrungsreste unter Wasserentzug wieder aus.

Schleimhaut mit Schleimschicht  
- wichtig für Schutz- und Gleitfunktion

Magen- und Darmwand  
- Muskelschicht, wichtig für Transportbewegung



## Was ist für den Transport wichtig?

- eine wellenförmige Darmbewegung
- eine wässrige Gleitschicht auf der Schleimhaut

Wichtig für die Eigenbewegung des Darms ist der Druckreiz auf die Darmwand von innen. Dies ist direkt abhängig vom Gehalt der in der Nahrung befindlichen Ballaststoffe mit gutem Quell- und Wasserbindungsvermögen.

## Lösliche Ballaststoffe aus Leinsamen helfen

Leinsamen besitzen einen hohen Gehalt an löslichen Ballaststoffen (Quellstoffen). Sobald diese mit Wasser in Verbindung kommen, bilden sie einen gelartigen Schleim um den Samen aus. Diese wässrige Gelschicht der Leinsamen hat gleich drei wichtige Eigenschaften:

- ✓ Wasserbindung erhöht den Wassergehalt des Darminhalts
- ✓ Quellvolumen erzeugt einen Dehnungsreiz auf die Darmwand
- ✓ Schleimersatz legt sich wie ein Schutzfilm auf die Schleimhaut

## Leinsamen sind nicht gleich Leinsamen

Die Stärke der Gelbildung und die Quellfähigkeit von Leinsamen kann sehr unterschiedlich sein. Speziell die goldenen Linusit® Leinsamen quellen wesentlich stärker und länger als normale Leinsamen - unabhängig von deren Färbung. Sie erreichen dadurch circa das Dreifache ihres Ausgangsvolumens.

## Linusit® GOLD Leinsamen

