



Foto: stockphoto/pipp

Das A und O in der Behandlung eines Durchfalls ist daher eine ausreichende Flüssigkeits- und Elektrolytzufuhr, um die Verluste auszugleichen. Bei leichten Durchfällen reichen dafür bereits gesüßte Tees oder verdünnte Fruchtsäfte aus; Salz liefern salziges Gebäck oder Suppen.

ÖKO-TEST hat insgesamt 30 Durchfallmittel eingekauft, ins Labor geschickt und begutachten lassen.

### Das Testergebnis

■ Es gibt hilfreiche Mittel, aber auch problematische: 16 „sehr guten“ Durchfallmitteln stehen elf Produkte gegenüber, die aufgrund wenig überzeugender Wirksamkeitsnachweise nur mit „ausreichend“ oder im Falle des Wirkstoffes Ethacridinlactat gar nur mit „ungenügend“ abschneiden.

■ Jedes dritte Präparat im Test enthält Loperamidhydrochlorid. Dieser Wirkstoff wird zur Behandlung akuter Durchfälle bei Erwachsenen und Kindern ab zwölf Jahren eingesetzt. Er hemmt die Darmbewegungen und hat daher einen stopfenden Effekt. Die Wirksamkeit ist in Studien belegt. Säuglinge und Kleinkinder dürfen wegen der Gefahr einer Atemlähmung aber auf keinen Fall mit Loperamid behandelt werden.

■ Ebenfalls sehr gut in Studien belegt sind die Wirksamkeit von Lactobacillus rhamnosus GG und von Trockenhefe aus Saccharomyces boulardii (auch Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926 genannt). Sie verkürzen die Dauer eines Durchfalls und stören die Vermehrung schädlicher Keime im Darm. Am besten untersucht ist das *Perenterol Junior 250 mg Pulver* von UCB.

größere Mengen Alkohol, Milch- und Fruchtzucker den Darm über die Maßen auf Trab bringen. Nicht zu vergessen sind Antibiotika, die die Darmflora durcheinanderbringen.

Durchfall geht immer mit einem großen Flüssigkeits- und Elektrolytverlust einher. Für Säuglinge und Kleinkinder können diese Verluste lebensgefährlich sein. Ab einem Gewichtsverlust von fünf Prozent des Körpergewichts sind sie innerlich schon so weit ausgetrocknet, dass sie müde und apathisch werden, zu Krampfanfällen neigen und ins Koma fallen können.

■ *Santalyt Pulver mit Zitronengeschmack* und *Oralpädon 240 Apfel/Banane, Pulver* eignen sich bestens für den Elektrolyt- und Flüssigkeitsausgleich. Die Dauer eines Durchfalls beeinflussen die Präparate aber nicht.

■ Medizinische Kohle soll Bakterien und Gifte binden und so die Durchfallerscheinungen bessern. Dies ist für die *Kohle-Compretten* der Firma Merck durch eine Studie belegt. Allerdings fehlt bislang eine zweite Studie, die diese Ergebnisse bestätigt, sodass das Mittel in der pharmakologischen Bewertung nur „gut“ abschneidet. Da die Wirksamkeit der Kohle stark herstellungsabhängig ist, lässt sich das Ergebnis nicht ohne Weiteres auf andere Produkte übertragen.

■ Verglichen mit früheren Tests hat die *Diarrhoesan, Flüssigkeit* in der Bewertung einen Sprung nach vorn gemacht. Unter anderem belegt eine aktuelle Studie mit 255 Patienten die Wirksamkeit der Kombination aus Pektin und einem Kamillenblütenextrakt.

■ Bislang nur „wenig überzeugend“ sind die Wirksamkeitsnachweise für *Escherichia coli* Stamm Nissle 1917, Stoffwechselprodukte von *Lactobacillus helveticus*, Lyophilisate aus verschiedenen Lactobacillen und Bifidobakterien, Tannin-Eiweiß, Tanninalbuminat, dioktaedrischen Smektit sowie Trockenextrakte aus Tormentillwurzelstock und Uzarawurzel.

■ Die Anwendung eines Desinfektionsmittels wie Ethacridinlactat bei Durchfall gilt als überholt. Darüber hinaus kann die Substanz Allergien hervorrufen. Die Kombination mit Tanninalbuminat ist nicht sinnvoll.

Jiiroen Steinert

### Woher kommt eigentlich ... das Wort Stuhlgang?

Vom Donnerbalken über das Plumpsklo im alten Rom bis zum Leibstuhl dauerte es eine ganze Weile. Erst im Mittelalter muss jemand auf die Idee gekommen sein, den Nachtopf in einen Stuhl einzubauen. In der Folge erleichterte man sich durch einen Gang zum Stuhl. Im 18. Jahrhundert verrichteten Hofdamen ihre Notdurft auf dem Leibstuhl im Ankleidezimmer.

### Kurios

Ein Skatologe ist ein Wissenschaftler, der sich mit dem menschlichen Stuhl beschäftigt. Die Fachrichtung heißt Skatologie – und hat unter anderem festgestellt, dass das mittlere tägliche Stuhlgewicht in den westeuropäischen Industrienationen im Mittel zwischen 105 und 140 Gramm pro 24 Stunden beträgt. Bei Vegetariern sind bedingt durch den hohen Ballaststoffgehalt in der Nahrung bis zu 350 Gramm pro Tag möglich. Aber auch Medikamente, Stress und extremer Ausdauersport wirken sich aufs Stuhlgewicht aus.

### Durchfall ist nicht immer harmlos



Foto: insblende.de

Ist ein Durchfall auch nach drei Tagen nicht vorüber, sollte ein Arzt aufgesucht oder dieser um einen Hausbesuch gebeten werden. Gleiches gilt, wenn partout keine Flüssigkeit im Körper bleiben will, der Stuhl blutig ist, Fieber dazukommt und sich der Allgemeinzustand verschlechtert. Blut im Stuhl kann ein Hinweis auf eine sogenannte EHEC-Infektion sein, ausgelöst durch *Escherichia coli*-Keime, die in Wild- und Rindfleisch sowie Rohmilch vorkommen.





Loperamid AL akut, Hartkapseln	Loperamid Stada akut, Hartkapseln	Loperamid-CT akut 2 mg, Hartkapseln
Aliud Pharma	Stada	CT Arzneimittel
0,95	1,20	1,06
Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
12 Jahre	12 Jahre	12 Jahre
Loperamidhydrochlorid	Loperamidhydrochlorid	Loperamidhydrochlorid
sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut
nein	nein	nein
sehr gut	sehr gut	sehr gut
ja	ja	ja
gut	gut	gut
1)	1)	1)
<b>sehr gut</b>	<b>sehr gut</b>	<b>sehr gut</b>



Santax S, Hartkapseln	Kohle-Compretten, Tabletten	Diarrhoesan, Flüssigkeit
Asche Chiesi	Merck Selbstmedikation	Dr. Loges
1,66	2,50	1,70
Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
2 Jahre	1 Jahr	Säuglingsalter
Trockenhefe aus Saccharomyces cerevisiae Hansen CBS 5926	Medizinische Kohle	Pektin, Fluidextrakt aus Kamillenblüten
sehr gut	<b>gut</b>	sehr gut
nein	nein	nein
sehr gut	gut	sehr gut
nein	nein	<b>1,5 Vol.-% Alkohol</b>
sehr gut	sehr gut	befriedigend
ja	ja	nein
gut	gut	sehr gut
1)	1)	
<b>sehr gut</b>	<b>gut</b>	<b>befriedigend</b>



<b>TEST</b> Durchfallmittel	<b>Imodium akut, Hartkapseln</b>	<b>Blutwurz-Ratio-pharm, Kapseln</b>	<b>Colina, Pulver</b>	<b>Hylak N, Flüssigkeit</b>	<b>Kohle-Hevert, Tabletten</b>	<b>Lacteol Pulver</b>
Anbieter	McNeil	Ratiopharm	Intersan	Merckle Recordati	Hevert	Pohl-Boskamp
Preis pro mittlere Tagesdosis Erwachsene	3,06	1,50	2,18	0,93	2,20	2,08
Produktart	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Traditionelles Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
Zur Anwendung ab welchem Alter	12 Jahre	12 Jahre	Säuglingsalter	2 Jahre	2 Jahre	Säuglingsalter
Wirkstoff/-e	Loperamidhydrochlorid	Tormentillwurzelstock-Trockenextrakt	Dioktaedrischer Smeکتit	Stoffwechselprodukte von Lactobacillus helveticus	Medizinische Kohle	Lyophilisate aus Lactobacillus fermentum und Lactobacillus delbrueckii
Wirksamkeit nachgewiesen	sehr gut	wenig überzeugend	wenig überzeugend	wenig überzeugend	wenig überzeugend	wenig überzeugend
Nicht sinnvolle Wirkstoffkombination	nein	nein	nein	nein	nein	nein
<b>Testergebnis Pharmakologische Begutachtung</b>	sehr gut	ausreichend	ausreichend	ausreichend	ausreichend	ausreichend
Bedenkliche und/oder umstrittene Hilfsstoffe	<b>Halogenorganischer Farbstoff</b>	nein	nein	nein	nein	nein
<b>Testergebnis Hilfsstoffe</b>	befriedigend	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	ja	ja	nein	nein	ja	nein
<b>Testergebnis Weitere Mängel</b>	gut	gut	sehr gut	sehr gut	gut	sehr gut
Anmerkungen	1)	1)			1)	
<b>Gesamturteil</b>	<b>befriedigend</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ausreichend</b>



<b>TEST</b> Durchfallmittel	<b>Mutaflor Suspension</b>	<b>Omniflora N, Hartkapseln</b>	<b>Tannalbin Tabletten</b>	<b>Uzara Dragees N, Tabletten</b>	<b>Metifex 200 mg, überzogene Tabletten</b>	<b>Tannacomp, Filmtabletten</b>
Anbieter	Ardeypharm	Novartis	Medice	Stada	Cassella-med	Medice
Preis pro mittlere Tagesdosis Erwachsene	12,02	1,61	2,90	1,40	1,17	2,48
Produktart	Arzneimittel	Traditionelles Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel	Arzneimittel
Zur Anwendung ab welchem Alter	Säuglingsalter	1 Jahr	5 Jahre	6 Jahre	10 Jahre	5 Jahre
Wirkstoff/-e	Escherichia coli Stamm Nissle 1917	Lyophilisate aus Lactobacillus gasseri und Bifidobacterium longum	Tannin-Eiweiß	Uzawurzel-Trockenextrakt	<b>Ethacridinlactat-Monohydrat</b>	Tannalbuminat, <b>Ethacridinlactat-Monohydrat</b>
Wirksamkeit nachgewiesen	wenig überzeugend	wenig überzeugend	wenig überzeugend	wenig überzeugend	wenig überzeugend	wenig überzeugend
Nicht sinnvolle Wirkstoffkombination	nein	nein	nein	nein	nein	ja
<b>Testergebnis Pharmakologische Begutachtung</b>	ausreichend	ausreichend	ausreichend	ausreichend	ungenügend	ungenügend
Bedenkliche und/oder umstrittene Hilfsstoffe	nein	nein	nein	nein	nein	nein
<b>Testergebnis Hilfsstoffe</b>	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut	sehr gut
Weitere Mängel	nein	nein	ja	ja	ja	ja
<b>Testergebnis Weitere Mängel</b>	sehr gut	sehr gut	gut	gut	gut	gut
Anmerkungen	3)		1)	1)	1)	1)
<b>Gesamturteil</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ausreichend</b>	<b>ungenügend</b>	<b>ungenügend</b>