

# Flohsamen Flosano®

Wirkstoff: Flohsamen (Plantago afra L.)

Pflanzliches Abführmittel bei Verstopfung

Körner zum Einnehmen

Zur Anwendung bei Heranwachsenden ab 12 Jahren und Erwachsenen

## Lesen Sie die gesamte Packungsbeilage sorgfältig durch, sie enthält wichtige Informationen für Sie.

Dieses Arzneimittel ist ohne Verschreibung erhältlich.

Um einen bestmöglichen Behandlungserfolg zu erzielen, muss Aurica Flohsamen jedoch vorschriftsmäßig angewendet werden. Bewahren Sie die Packungsbeilage auf. Vielleicht möchten Sie diese später noch einmal lesen. Fragen Sie Ihren Apotheker, wenn Sie weitere Informationen oder einen Rat benötigen.

Wenn sich Ihre Beschwerden verschlimmern oder keine Besserung eintritt, müssen Sie auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen. Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind, wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt oder Apotheker (siehe Abschnitt 4).

## Diese Packungsbeilage beinhaltet:

1. Was ist Flohsamen und wofür wird er angewendet?
2. Was müssen Sie vor der Anwendung von Flohsamen beachten?
3. Wie ist Flohsamen anzuwenden?
4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?
5. Wann dürfen Sie das Arzneimittel nicht mehr anwenden und wie ist das Arzneimittel aufzubewahren?
6. Weitere Informationen

### 1. Was ist Flohsamen und wofür wird er angewendet?

Flohsamen ist ein pflanzliches Abführmittel mit Quellstoffen. Flohsamen wird angewendet:

- zur Behandlung von Stuhlverstopfung
- zur Bildung von weichem Stuhl, wenn eine erleichterte Darmentleerung erwünscht ist, z.B. bei Einrissen in der Afterschleimhaut, bei Hämorrhoiden, nach rektal-analen operativen Eingriffen
- bei Reizdarm
- in der Schwangerschaft

### 2. Was müssen Sie vor der Anwendung von Flohsamen beachten?

#### 2.1 Das Arzneimittel Flohsamen darf nicht angewendet werden

- bei krankhaften Verengungen der Speiseröhre und im Magen-Darm-Trakt
- bei drohendem oder bestehendem Darmverschluss
- bei schwer einstellbarer Diabetes mellitus.

**2.2 Weitere Vorsichtsmaßnahmen sind bei der Anwendung von Flohsamen zu beachten:** Nehmen Sie dieses Arzneimittel mit reichlich Flüssigkeit ein, sonst kann es vorzeitig quellen und dadurch Speiseröhre und/oder Rachenraum verstopfen.

Nehmen Sie dieses Arzneimittel nicht im Liegen und nicht bei Schluckbeschwerden ein. Die Anwendung bei hilfsbedürftigen und älteren Personen sollte unter Aufsicht erfolgen.

**2.3 Kinder unter 12 Jahren:** Zur Anwendung von Flohsamen bei Kindern unter 12 Jahren liegen keine ausreichenden Untersuchungen vor. Flohsamen sollte daher von Kindern unter 12 Jahren nicht angewendet werden.

**2.4 Schwangerschaft und Stillzeit:** Flohsamen können während der Schwangerschaft eingenommen werden. Fragen Sie vor der Anwendung während der Schwangerschaft und Stillzeit Ihren Arzt oder Apotheker.

#### 2.5 Wechselwirkung mit anderen Arzneimitteln

Informieren Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker, wenn Sie andere Arzneimittel anwenden, auch wenn es sich um nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel handelt. Die Resorption von gleichzeitig eingenommenen Medikamenten kann verzögert werden, deshalb sollte ein Abstand von 1/2 bis 1 Stunde nach der Einnahme von Arzneimitteln eingehalten werden.

**Hinweis für Diabetiker:** Bei insulinpflichtigen Diabetikern kann eine Reduzierung der Insulindosis erforderlich sein.

### 3. Wie ist Flohsamen anzuwenden?

Wenden Sie Flohsamen immer genau nach der Anweisung in dieser Packungsbeilage an. Wenn Sie sich nicht ganz sicher sind, fragen Sie bei Ihrem Arzt oder Apotheker nach. Falls Ihr Arzt Ihnen eine abweichende Anwendung empfohlen hat, richten Sie sich nach den Anordnungen Ihres Arztes.

#### 3.1 Dosierung und Art der Anwendung

Soweit nicht anders verordnet nehmen Erwachsene und Heranwachsende ab 12 Jahren mehrmals täglich 1 Teelöffel voll (ca. 5 g) Flohsamen nach Vorquellen (10 - 20 Minuten) mit etwas Wasser (ca. 100 ml) ein. 1 bis 2 Glas Wasser sollten zusätzlich nach getrunken werden. (Durch das Vorquellen werden die Schleimstoffe aktiviert).

**Hinweis:** Trinken Sie die Flüssigkeit nicht im Liegen. Nehmen Sie Flohsamen niemals trocken ein, immer mit reichlich Flüssigkeit. Flohsamen kann vor, während oder nach dem Essen eingenommen werden, jedoch nicht unmittelbar vor dem Zubettgehen.

**3.2 Dauer der Anwendung:** Die Dauer der Anwendung ist prinzipiell nicht begrenzt. Beachten Sie bitte die Angaben unter Punkt 2.

#### Achten Sie auf eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr.

Bei Bauchbeschwerden, Blähungen oder wenn Sie den Eindruck haben, die Wirkung von Flohsamen ist zu schwach oder zu stark, besprechen Sie dies bitte mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

### 4. Welche Nebenwirkungen sind möglich?

Wie alle Arzneimittel kann Flohsamen Nebenwirkungen haben, die aber nicht bei jedem auftreten müssen.

#### 4.1 Mögliche Nebenwirkungen

In Einzelfällen können Überempfindlichkeitsreaktionen auftreten. Die Häufigkeit ist nicht bekannt. In seltenen Fällen können speziell bei Verwendung von pulverisierter Droge Überempfindlichkeitsreaktionen (allergische Reaktionen) auftreten.

In solchen Fällen wenden Sie Aurica Flohsamen nicht weiter an und befragen Ihren Arzt oder Apotheker. Eventuell können während der ersten Anwendungstage Beschwerden wie Blähungen und Völlegefühl verstärkt auftreten, diese können aber im Verlauf der weiteren Anwendung meist wieder ab.

#### 4.2 Meldung von Nebenwirkungen

Wenn Sie Nebenwirkungen bemerken, wenden Sie sich an Ihren Arzt oder Apotheker. Dies gilt auch für Nebenwirkungen, die nicht in dieser Packungsbeilage angegeben sind. Sie können Nebenwirkungen auch direkt dem Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte, Abt. Pharmakovigilanz, Kurt-Georg-Kiesinger-Allee 3, D-53175 Bonn, Website: [www.bfarm.de](http://www.bfarm.de) anzeigen.

Indem Sie Nebenwirkungen melden, können Sie dazu beitragen, dass mehr Informationen über die Sicherheit dieses Arzneimittels zur Verfügung gestellt werden.

## 5. Wann dürfen Sie das Arzneimittel nicht mehr anwenden und wie ist das Arzneimittel aufzubewahren?

Arzneimittel für Kinder unzugänglich aufbewahren.  
Sie dürfen das Arzneimittel nach dem angegebenen Verfalldatum (verwendbar bis) nicht mehr verwenden.  
Das Verfalldatum bezieht sich auf den letzten Tag des Monats.  
In der Originalverpackung vor Licht, Wärme, Feuchtigkeit und vor Geschmacksbeeinträchtigungen geschützt sowie gut verschlossen aufbewahren.

## 6. Weitere Informationen

### 6.1 Was dieses Arzneimittel enthält:

100 g des Arzneimittels enthalten den Wirkstoff: 100 g Flohsamen.  
Sonstige Bestandteile sind nicht enthalten.

### 6.2 Darreichungsform und Inhalte nach Gewicht:

Körner zum Einnehmen

Aurica Flohsamen ist in folgenden Packungsgrößen erhältlich:

**Aurica Flohsamen 100 g (PZN 04245715)**

**Aurica Flohsamen 250 g (PZN 04245721)**

**Aurica Flohsamen 500 g (PZN 10066193)**

**Aurica Flohsamen 1 kg (PZN 04245738)**

Zulassungsnummer: 1509.99.99

### 6.3 Pharmazeutischer Unternehmer und Hersteller:



Aurica Naturheilmittel und Naturwaren GmbH  
Püttlinger Straße 121, 66773 Schwalbach  
www.aurica.de, E-Mail: info@aurica.de

### 6.4 Diese Gebrauchsanweisung wurde zuletzt überarbeitet: 07/2015

## Funktion

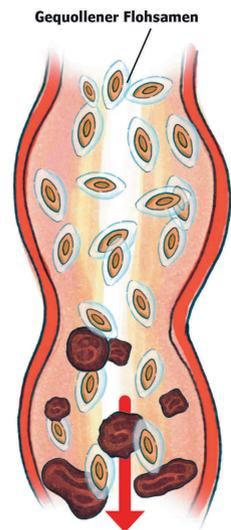


Zu harter, fester Stuhl

Flohsamen quellen in Verbindung mit reichlich Flüssigkeit rasch auf und bilden um die Samen eine transparente gallertartige Schicht.

Durch die gequollenen Samen wird der Darminhalt weicher und die Gleitfähigkeit des Darminhalts gefördert.

Die Quellstoffe erhöhen das Füllvolumen des Darminhalts und üben somit einen Dehnungsreiz auf die Darmwand aus, die natürliche Darmbewegung wieder somit aktiviert.



Stuhl wird weicher

## Aurica Flohsamen Flosano®

Flohsamen sind die Samen des Wegerichgewächses *Plantago afra* L. Das einjährige, niedrige Kraut ist im Mittelmeerraum sowie im westlichen Asien beheimatet. Die 2-3 mm langen Körnchen sind dunkel-rotbraun, glänzend, länglich-oval oder länglich-elliptisch. Ihre natürliche Wirkung beruht auf Quellstoffen, die ausschließlich in der Epidermis der Samen enthalten sind. In Flüssigkeit quellen die Samen leicht auf und bilden eine transparente Gelschicht um den Samen.

- rein pflanzlich
- glutenfrei
- führt nicht zur Gewöhnung
- ideal auch zur Langzeiteinnahme
- während der Schwangerschaft und Stillzeit

Die quellfähigen Samen in geprüfter Arzneibuchqualität werden mit reichlich Flüssigkeit als Abführmittel zur Behandlung von Stuhlverstopfung (Obstipation) und zur Behandlung des Reizdarmsyndroms (RDS) verwendet.

Der Magen-Darm-Trakt muss sich meist zuerst auf das Mittel einstellen, so kann die gewünschte Wirkung verzögert einsetzen. Bei bestehenden Beschwerden informieren Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

### Unsere Tipps:

Unterstützen Sie die Wirkung von Aurica Flohsamen durch eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung mit viel Gemüse, Obst und Vollkornprodukten sowie regelmäßige Bewegung. Trinken Sie ausreichend Flüssigkeit.