zur Verfügung gestellt von Gebrauchs.info

Eine **ausreichende Flüssigkeitszufuhr** ist bei der Einnahme von bioNorm® *Sättigungskapseln* notwendig. Nehmen Sie die Kapseln mit mindestens 300 ml kalorienfreier (Wasser, ungesüßte Tees) oder kalorienarmer Flüssigkeit (Light-Getränke, verdünnte Säfte) ein und **schlucken Sie diese sofort herunter**. Eine tägliche Flüssigkeitszufuhr von 3 Liter ist empfehlenswert.

Individuelle Dosierung: In der Regel ist es sinnvoll, mit 3 Kapseln pro Einnahme zu beginnen. Später, wenn der Körper sich an kleinere Portionen pro Mahlzeit gewöhnt hat, reichen oft zwei oder sogar nur eine Kapsel pro Einnahme. So kann oft bereits nach wenigen Tagen die Einnahmemenge reduziert werden.

Art und Dauer der Anwendung

bioNorm® *Sättigungskapseln* können dauerhaft eingenommen werden. Bei langfristig durchgeführten Diäten ist eine Rücksprache mit dem Arzt oder Apotheker empfehlenswert.

Hinweise

Wichtig:
Der Kapselinhalt hat eine enorme Quellfähigkeit!
Nur unbeschädigte, verschlossene Kapseln einnehmen. Nicht lutschen, kauen oder zerbeißen, damit der Kapselinhalt nicht schon im Mund oder in der Speiseröhre freigesetzt wird.

Lagerung

Trocken und nicht über 25°C lagern!
Für Kinder unzugänglich aufbewahren.

Hersteller:
pharmarissano Arzneimittel GmbH
Haldenweg 5a · 67278 Bockenheim
www.pharmarissano.de · info@pharmarissano.de
www.bionorm.de
Unsere Kundenhotline: 06359 - 949240
Unsere Faxhotline: 06359 - 949241

Stand der Information

April 2015

bioNorm® *Sättigungskapseln*

CE 0482
Medizinprodukt

Gebrauchsinformation

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsinformation aufmerksam, da sie wichtige Informationen für die Anwendung der bioNorm® Sättigungskapseln enthält.

bioNorm®

Sättigungskapseln

zur Gewichtsreduzierung

Bei Fragen zum Abnehmen und zum Produkt nutzen Sie unsere Hotline!

Zusammensetzung

1 Kapsel enthält 400 mg Konjak-Extrakt. Die Kapselhülle besteht aus Hydroxypropylmethylcellulose.

Das Produkt ist frei von tierischen Bestandteilen.

Im Rahmen eines Diätplanes bei Diabetes mellitus müssen bioNorm® *Sättigungskapseln* nicht berechnet werden.

Anwendungsgebiete

bioNorm® *Sättigungskapseln* dienen der Behandlung des Übergewichts und zur Gewichtskontrolle.

So wirken die bioNorm® *Sättigungskapseln*

bioNorm® *Sättigungskapseln* wirken über das natürliche Quellvermögen des Konjak-Extraktes. Hierbei handelt es sich um einen Ballaststoff aus der Konjak-Wurzel. Diese wird seit vielen Jahrhunderten in Südostasien angebaut und gehört dort zur gesunden Ernährung.

Aktualisierungsstand Gebrauchs.info April 2016

zur Verfügung gestellt von Gebrauchs.info

Nach der Einnahme lösen sich die bioNorm® ***Sättigungskapseln*** auf, und der Konjak-Extrakt quillt großvolumig (mindestens 100 fach) im Magen auf – dies führt zu einem Sättigungsgefühl. Man kann so, auf einfache Weise, weniger essen oder längere Zeiten zwischen den Mahlzeiten überbrücken. Eine Diät oder eine kurzfristige Ernährungsreduzierung kann so ohne stetigen Hunger durchgehalten werden. Der Magen lernt dadurch im Laufe der Zeit auf natürlichem Wege auch mit weniger auszukommen und nur soviel Nahrung aufzunehmen, wie der Körper zur Gesunderhaltung benötigt.

Auch, um das gewünschte Wohlfühlgewicht zu halten, sind bioNorm® ***Sättigungskapseln*** geeignet. Mit kalorien- und fettarmen Mahlzeiten kombiniert, hilft in Abständen ein „bioNorm-Tag" zur Gewichtskontrolle.

Gegenanzeigen

bioNorm® ***Sättigungskapseln*** dürfen bei Überempfindlichkeit gegen Konjak-Extrakt oder Cellulose nicht eingenommen werden.

Bei bestehenden Erkrankungen des Magen-Darm-Trakts (z.B. entzündliche Erkrankungen, Darmverschluß) sollte auf die Einnahme von bioNorm® ***Sättigungskapseln*** sicherheitshalber verzichtet werden. Wenn bereits andere Maßnahmen zur Verkleinerung des Magenvolumens ergriffen wurden (z.B. Magenballon), ist von einer zusätzlichen Gabe von Ballaststoffkapseln abzuraten.
Im Zweifelsfall sollte der Arzt befragt werden, ob Gegenanzeigen vorliegen.

Sollten in der Vergangenheit Operationen des Verdauungstraktes durchgeführt worden sein, ist sicherheitshalber ein Arzt zu befragen, ob Ballaststoff-Präparate geeignet sind.

Während der Schwangerschaft und Stillzeit ist das Abnehmen grundsätzlich nicht sinnvoll.

Eine Gewichtsreduktion bei Kindern sollte nur mit ärztlicher Begleitung durchgeführt werden.

Nebenwirkungen

Unerwünschte Nebenwirkungen bei der Einnahme von bioNorm® ***Sättigungskapseln*** sind bisher nicht bekannt geworden.
Sollten Sie nach Einnahme der bioNorm® ***Sättigungskapseln*** Nebenwirkungen bei sich beobachten, fragen Sie bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

Wechselwirkungen

Im Allgemeinen sind keine Wechselwirkungen mit Arzneimitteln bekannt. Es ist jedoch nicht grundsätzlich auszuschließen – ähnlich wie bei der normalen Nahrungsaufnahme auch – daß die Aufnahme von gleichzeitig eingenommenen Arzneimitteln beeinträchtigt werden kann. Wenn Sie ein Medikament einnehmen, bei dem eine sehr genaue Dosierung wichtig ist, befragen Sie hierzu bitte Ihren Arzt oder Apotheker.

Dosierungsanleitung

bioNorm® ***Sättigungskapseln*** sind kein Mahlzeitenersatz, sie helfen vielmehr, die Nahrungszufuhr zu reduzieren. Nehmen Sie 1–3 Kapseln **unzerkaut** ca. eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit ein. Sie sollten pro Einnahme nicht mehr als 3 Kapseln und pro Tag maximal 9 Kapseln einnehmen.

Beispiele für Ihre individuelle Dosierung:

	Vor dem Frühstück	Vor dem Mittagessen	Vor dem Abendbrot
Anfangsdosierung	3 Kapseln	3 Kapseln	3 Kapseln
Nach wenigen Tagen, wenn morgens der Hunger am größten ist.	3 Kapseln	2 Kapseln	2 Kapseln
Alternativ, wenn mittags in Gesellschaft der Appetit steigt.	2 Kapseln	3 Kapseln	2 Kapseln
Alternativ, wenn auch zwei Kapseln reichen den Hunger zu reduzieren.	2 Kapseln	2 Kapseln	2 Kapseln
Alternativ, wenn der Körper sich an kleine Mahlzeiten gewöhnt hat.	1 Kapsel	1 Kapsel	1 Kapsel

Aktualisierungsstand Gebrauchs.info April 2016