

tetesept:

Magen-Darm Entspannung Kautabletten

Bei Blähungen

Schnell wirksam bei
Magendruck-, Völlegefühl und
Blähungen.

Wirkstoff klinisch getestet.

+ Fenchelöl
+ Sternanisöl
+ Pfefferminzöl

✓ Sehr gut verträglich
✓ Wohlschmeckend

Gebrauchsinformation,
aufmerksam lesen!

Medizinprodukt

Zusammensetzung:
1 Kautablette enthält:
Simeticon 135 mg.

Sonstige Bestandteile:
Glucose, Siliciumdioxid, Magnesium-
stearat, Cellulose, Calciumsilikat,
Bitterfenchelöl, Sternanisöl, Pfeffer-
minzöl.

Darreichungsform und Inhalt
20 Kautabletten

Hinweis für Diabetiker
1 Kautablette enthält 0,1 BE.

Sonstige Hinweise
Kein Gewöhnungseffekt.
Auch für Schwangere und Stillende
geeignet.
Frei von Laktose.
Ohne künstliche Farbstoffe.
Ohne Zuckeraustauschstoffe.
Mit Kräutergeschmack.

Zweckbestimmung
Bei Blähungen

Bei gasbedingten Magen-Darm-
Beschwerden wie Blähungen, Völle-
gefühl, Druck- und Spannungsgefühl.

Gegenanzeigen

Wann dürfen Sie tetesept Magen-Darm
Entspannung Kautabletten nicht
anwenden?
Bei einer bekannten Überempfindlich-
keit gegen Simeticon oder einen der
sonstigen Bestandteile sollten tetesept
Magen-Darm Entspannung Kautablet-
ten nicht angewendet werden.

Nicht anwenden bei Kindern und
Jugendlichen unter 14 Jahren.

tetesept Magen-Darm Entspannung
Kautabletten dürfen nicht angewendet
werden, wenn Sie überempfindlich
(allergisch) gegenüber Pfefferminzöl
oder einem der sonstigen Bestand-
teile von tetesept Magen-Darm Ent-
spannung Kautabletten sind.

Dosierungsanleitung, Art und Dauer der Anwendung

Bei gasbedingten Magen-Darm
Beschwerden:

Erwachsene und Jugendliche ab
14 Jahren nehmen je nach Bedarf
1-2 Kautabletten pro Tag. Die maxi-
male Tagesdosis liegt bei 8 Kautabletten.

Wie und wann sollten Sie tetesept
Magen-Darm Entspannung Kautabletten einnehmen?

tetesept Magen-Darm Entspannung
Kautabletten werden zu oder nach
den Mahlzeiten, bei Bedarf auch vor
dem Schlafengehen genommen. Die
Kautablette sollte gut zerkaut werden.
Die Dauer der Anwendung richtet sich
nach dem Verlauf der Beschwerden.

tetesept Magen-Darm Entspannung
Kautabletten können, falls erforderlich,
auch über längere Zeit eingenommen
werden.

Was müssen Sie in Schwangerschaft
und Stillzeit beachten?

Es bestehen keine Bedenken gegen
die Einnahme von tetesept Magen-
Darm Entspannung Kautabletten
während der Schwangerschaft und
Stillzeit.

Vorsichtsmaßnahmen und Warn- hinweise

Bei neu auftretenden und/oder länger
anhaltenden Bauchbeschwerden soll-
ten Sie einen Arzt aufsuchen, damit
die Ursache der Beschwerden und
eine u.U. zugrundeliegende, behand-
lungsbedürftige Erkrankung erkannt
werden kann.

Dieses Medizinprodukt enthält
Glucose. Bitte nehmen Sie tetesept
Magen-Darm Entspannung Kautabletten erst nach Rücksprache mit
Ihrem Arzt ein, wenn Ihnen bekannt
ist, dass Sie unter einer Unverträglich-
keit gegenüber bestimmten Zuckern
leiden. 1 Kautablette enthält 1,24 g
Glucose entsprechend ca. 0,1 Brot-
einheiten (BE). Wenn Sie eine Diabe-
tes-Diät einhalten müssen, sollten
Sie dies berücksichtigen.

Wechselwirkungen mit anderen Mitteln

Welche Arzneimittel beeinflussen die
Wirkung von tetesept Magen-Darm Ent-
spannung Kautabletten?
Wechselwirkungen mit Arzneimitteln
sind nicht bekannt.

Nebenwirkungen

Welche Nebenwirkungen können bei der
Einnahme von tetesept Magen-Darm
Entspannung Kautabletten auftreten?
Nebenwirkungen im Zusammenhang
mit der Anwendung von tetesept
Magen-Darm Entspannung Kautablet-
ten wurden bisher nicht beobachtet.

Bei entsprechend sensibilisierten
Personen können durch Pfefferminzöl
Überempfindlichkeitsreaktionen (ein-
schließlich Atemnot) ausgelöst werden.

Wenn Sie Nebenwirkungen bei sich
beobachten, teilen Sie diese bitte Ihrem
Arzt oder Apotheker mit.

Überdosierung und Anwendungsfehler

Der Wirkstoff von tetesept Magen-Darm
Entspannung Kautabletten bringt den
Schaum im Magen-Darm-Kanal auf rein
physikalischem Wege zur Auflösung und
wird nach der Magen-Darm-Passage
unverändert wieder ausgeschieden.
Überdosierungserscheinungen sind
bisher nicht bekannt.

Was müssen Sie beachten, wenn Sie zu
wenig tetesept Magen-Darm Entspan-
nung Kautabletten eingenommen oder
eine Einnahme vergessen haben?
Führen Sie die Einnahme fort, wie in
der Dosierungsanleitung beschrieben.

Was müssen Sie beachten, wenn Sie
die Behandlung unterbrechen oder
vorzeitig beenden?

In diesem Falle kann es zu einem Wie-
derauftreten der Beschwerden kommen.

Hinweise zur Haltbarkeit des Produkts

Das Verfallsdatum dieses Medizinpro-
dukts ist auf dem Umkarton und den
Blisterstreifen aufgedruckt.
Verwenden Sie das Produkt nicht mehr
nach diesem Datum!

Hinweise zur Lagerung

Für Kinder unzugänglich aufbewahren.
nicht über 25°C lagern.

Hersteller:

HÄLSA Pharma GmbH
Maria-Goeppert-Straße 5
23562 Lübeck



Vertrieb:

 **MERZ**
LIFECARE

Merz Consumer Care GmbH
Eckenheimer Landstraße 100
60318 Frankfurt am Main
www.tetesept.de

Stand der Gebrauchsinformation:
Oktober 2025

Die Ursachen von Blähungen

Die Bildung von geringen Mengen Gas im Darm ist grundsätzlich normal. Die Gase werden bei der Neutralisation der Magensäure und durch die Aktivität von nützlichen Bakterien bei der Verdauung im Dickdarm gebildet und entweichen normalerweise auf natürlichem Weg, ohne Beschwerden zu verursachen.

Bei Blähungen (auch Darmwinde oder Flatulenz) handelt es sich um eine größere Gasansammlung im Gastrointestinaltrakt, auf die einige Menschen empfindlich reagieren. Etwa 40% der Deutschen leiden zeitweise an diesen und anderen Magen-Darm-Problemen.

Ursachen

Die Ursachen für Blähungen sind unterschiedlich. Sie können organisch bedingt sein oder auch durch nervöse Zustände hervorgerufen werden. Häufig entstehen sie durch unbewusstes Verschlucken von Luft beim Essen (Aerophagie) oder durch Gase, die sich bei der Verdauung bilden. Oft sind es aber auch Stress und falsche, unausgewogene Ernährungsgewohnheiten (z.B. zu üppiges, fetthaltiges, süßes oder schnelles Essen), die zu einem unzureichenden oder falschen Verdauungsprozess führen.

Ebenfalls können Blähungen als Begleiterscheinung verschiedener Erkrankungen (z.B. Reizmagen/-darm, Störung der Bauchspeicheldrüse), als Nebenwirkung von Medikamenten oder aufgrund von Unverträglichkeiten oder Allergien (Laktose-, Fructose- oder Gluten-Unverträglichkeit) auftreten.

Der wohl häufigste Grund für Blähungen ist eine blähungsfördernde Ernährung. Getreide, Gemüse, Früchte, Kaffee und Nahrungsmittelzusätze wie Sorbit (Süßstoff) werden zu den Nahrungsmitteln gezählt, die Blähungen fördern. Auch sehr lufthaltige Nahrungsmittel, wie z. B. Softeis, Sahne, Getränke mit viel Kohlensäure oder Bier verursachen Blähungen.

Auch der übermäßige Verzehr von Ballaststoffen kann zu Blähungen führen. Da ein großer Teil der unverdaulichen Bestandteile der Ballaststoffe im Dickdarm durch Bakterien zersetzt wird, entstehen Abfallprodukte, die zu einer Gasbildung führen. Bei vermehrter Zufuhr von Ballaststoffen sammelt sich deshalb eine größere Gasmenge im Darmtrakt an. Deshalb haben insbesondere Vegetarier häufiger mit diesen Beschwerden zu kämpfen.

Symptome

Bei Blähungen ist der Bauch meist vorgewölbt und fühlt sich gespannt an. Oft kommt es zu Krämpfen und kolikartigen Schmerzen oder zu Übelkeit und Darmgeräuschen. Eine gestörte Verdauung mit Blähungen kann auch zu Völlegefühl und Magendrücken führen. Oft treten gleichzeitig meist krampfartige, plötzliche Durchfälle oder Verstopfung auf.

tetesept Gesundheitstipps

Was Sie selbst tun können

Wenn Sie unter stress- oder nahrungs-mittelbedingten Blähungen leiden, sollten Sie die auslösenden Faktoren vermeiden. Häufig ist ergänzend auch eine Ernährungsberatung hilfreich und sinnvoll. Die nachfolgenden Tipps geben Ihnen einen Überblick, was Sie selbst gegen Blähungen tun können:

Blähende Nahrungsmittel meiden

Essen Sie vorwiegend Speisen, die leicht verdaulich sind. Meiden Sie zu scharf gewürzte Speisen und zu viele Ballaststoffe ebenso wie ein Überangebot an rohem Gemüse. Gedünstetes oder blanchiertes Gemüse verträgt der Darm besser. Auch auf den Verzehr blähender Nahrungsmittel wie Zwiebeln, Kohl, weiße Bohnen, Linsen, unreifes Obst, Nüsse, Rosinen, sehr frisches Brot, grobes Vollkornbrot, Kaffee, Schokolade, Eiskaltes oder Fettbackenes sollte nach Möglichkeit verzichtet werden. Gut sind gedünstete Möhren, geschälte Tomaten, grüne Bohnen oder Fenchel.

Mahlzeiten in Ruhe genießen

Nehmen Sie sich Zeit zum Essen und kauen Sie gründlich. Hektisches Essen sowie kohlenensäurehaltige Getränke sollten vermieden werden. Essen Sie regelmäßig und verteilen Sie mehrere kleine Mahlzeiten über den Tag.

Sorgen Sie für ausreichend Bewegung

Der Darm wird auch durch Bewegung und Sport in Schwung gebracht, denn dadurch wird der Weitertransport der Nahrung beschleunigt. Ausdauersportarten sind dabei ebenso erlaubt wie ein Verdauungsspaziergang. Wer Blähungen hat, sollte sich bewusst entspannen. Auch das kreisende Massieren des Bauchs oder eine Wärmflasche können hilfreich sein.

Wenn diese Tipps nicht weiterhelfen und die Blähungen weiterhin bestehen, sollten Sie einen Arzt aufsuchen.

Probieren Sie doch auch einmal diese Produkte aus dem **tetesept Magen-Darm-Verdauungs Sortiment**:

tetesept Sodbrennen Akut Kautabletten

wirken schnell und zuverlässig bei Sodbrennen, saurem Aufstoßen und säurebedingten Magenbeschwerden. Sie sind auch zur Anwendung während der Schwangerschaft geeignet, schmecken angenehm frisch nach Minze und sind zuckerfrei.

Bedeutung der Symbole auf dem Umkarton und Blisterfolie:



Verwendbar bis



Chargenbezeichnung



Hersteller



Vertrieb



Gebrauchsanweisung beachten

CE 0482