



## Berufskraftfahrer leiden oft unter Dauer-Verstopfung

Von *mmv*

Erstellt am 23 Mär 2017 - 11:13

Viele wissenschaftliche Studien zeigen, dass Berufskraftfahrer deutlich häufiger krank sind als Menschen in anderen Berufen. Die Gesundheits-Gefahren sollen mit betrieblichen Vorbeugungs-Maßnahmen verringert werden. Was sich als Berufskraftfahrer in LKW, Bus, Lieferwagen oder Taxi jedoch nicht vermeiden lässt, sind die

- ungesunde Arbeitshaltung (Sitzen), der
- krankmachende Bewegungsmangel und die
- Störung natürlicher und zeitabhängiger Körperfunktionen.

Letzteres betrifft nicht nur die Störung der „inneren Uhr“ und typische Erkrankungen hierdurch bei der Schichtarbeit. Es sind auch so „einfache“ Dinge, wie bei deutlichem Stuhldrang nicht auf eine Toilette gehen zu können. Dieses „Aufschieben“ trägt, genauso wie berufsbedingtes Dauersitzen und Bewegungsmangel, erheblich zu der chronischen Verstopfung vieler Berufskraftfahrer bei. Zudem fördern auch eine

- unregelmäßige, teilweise ungesunde Ernährung sowohl die Dauer-Verstopfung als auch das,
- über viele Jahre entstandene Übergewicht (starkes Übergewicht selbst verstärkt wiederum die Darmträgheit).

Unter der häufigsten Folge eines dauerhaft trägen Darms weltweit – Hämorrhoiden-Blutungen des Darmausgangs -, leiden auch sehr viele Berufskraftfahrer.

Was tun, außer ständiger Einnahme von Abführmitteln? Moderne wissenschaftliche Erkenntnisse zeigen jetzt erstmals die tatsächlichen Ursachen von Dauer-Verstopfung (Medizinerdeutsch: „chronische Obstipation“). Nämlich eine Störung der Darmflora, vor allem ein Rückgang jener Darmbakterien, die

- unserer Gesundheit gut tun,
- die Darmbeweglichkeit anregen,
- die Kalorien- und Energie-Aufnahme des Körpers drosseln,
- die Mineralstoffaufnahme erhöhen (zum Beispiel Kalzium) oder
- einfach für einen einfachen, leichten, mühelosen und zügigen Stuhlgang sorgen.

Diese Darmflora-Störung (Medizinerdeutsch: „Dysbiose“) kann wirkungsvoll mit speziellen pflanzlichen Faserstoffen bekämpft werden, sogenannten „Präbiotika“. Diese fördern die „guten Darmbakterien“ und drängen die „schlechten“ zurück. Das wichtigste bekannte Präbiotikum mit solchen Wirkungen ist Inulin, der Inhaltsstoff von Floragluck®. Bei einer kurmäßigen Einnahme von Floragluck über sechs bis zwölf Wochen kann jeder von Verstopfung Betroffene die wohltätige Wirkung von Floragluck selber ausprobieren. Ohne irgendwelche Nebenwirkungen oder Komplikationen. Weitere Informationen zu dem Nahrungsergänzungsmittel Floragluck und der Wirkung auf unsere Gesundheit finden sich auf diesem Internetauftritt ([www.floragluck.de](http://www.floragluck.de) [1]).

Hinweis: Eine ganze Reihe von Studien zeigen auch, dass das Floragluck–Inulin auch beim Abnehmen hilft (ergänzend zu anderen Maßnahmen).

### Literaturangaben

- Michaelis M: Gesundheitsschutz und Gesundheitsförderung von Berufskraftfahrern. Forschungsprojekt F 2038, Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, Dortmund/Berlin/Dresden 2008 (Volltext).
- Mass AY, Goldfarb DS, Shah O: Taxi cab syndrome: a review of the extensive genitourinary pathology experienced by taxi cab drivers and what we can do to help. Rev Urol. 2014;16(3):99-104 (Kurfassung: PMID).
- Winkleby MA, Ragland DR, Fisher JM, Syme SL: Excess risk of sickness and disease in bus drivers: a review and synthesis of epidemiological studies. Int J Epidemiol. 1988



Jun;17(2):255-62 (Kurzfassung: PMID).

Top-Fit-Gesund UG (haftungsbeschränkt)

Marion Kaden

Riemeisterstraße 125, 14169 Berlin

Tel: 030-57704890, Fax: 030-80613680,

eMail: [tfg@berlin.de](mailto:tfg@berlin.de) [2]

Top-Fit-Gesund UG (haftungsbeschränkt) ist ein Unternehmen zur Erforschung, Entwicklung und Herstellung von Arzneimitteln, Medizinprodukten, diätetischen Lebensmitteln, Nahrungsergänzungsmitteln sowie Dermato-Kosmetika. Das Unternehmen ist zudem in der Gesundheitsberatung und Medizin-Kommunikation tätig.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 00:06):** <http://medkom24.eu/node/22220>

### Links:

[1] <http://www.floragluck.de>

[2] <mailto:tfg@berlin.de>