

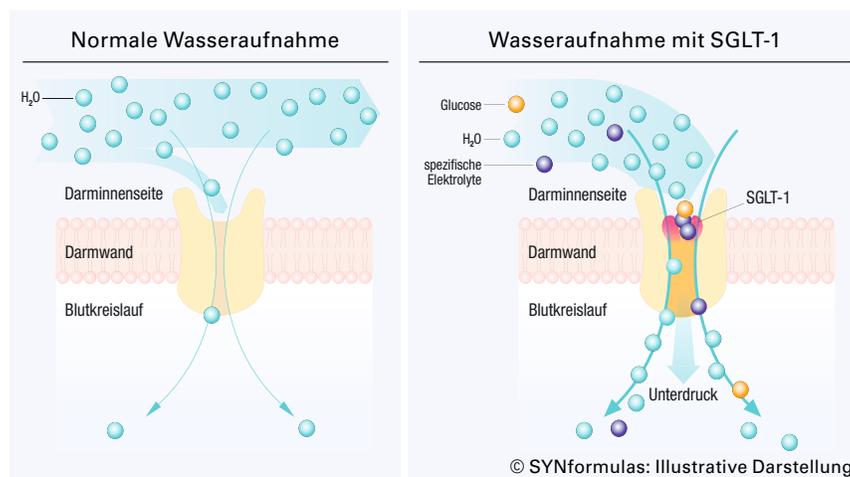
# Mysterium Flüssigkeitsmangel

„Kind, du musst mehr trinken“ – die guten Ratschläge der Eltern haben wohl die meisten noch im Ohr. Weit weniger bekannt: Mit zunehmendem Alter fällt es vielen deutlich schwerer, genug Flüssigkeit zu sich zu nehmen. Häufig geht der resultierende Flüssigkeitsmangel auch mit einem Mangel an Elektrolyten einher. Mögliche Folgen: Erhöhte Vergesslichkeit, verminderte Konzentrationsfähigkeit, Abgeschlagenheit und abnehmende körperliche Leistungsfähigkeit.<sup>1</sup>

Tatsächlich ist der Zusammenhang zwischen Flüssigkeitsmangel und den genannten Symptomen unter Forschern schon lange bekannt.

Studienergebnisse zeigen mittlerweile klar, dass mit zunehmendem Alter der Wassergehalt des Körpers durch Abnahme von Muskelgewebe sinkt.<sup>2</sup> Neuer ist jedoch die Erkenntnis, dass sich das Durstgefühl mit zunehmendem Alter deutlich verringert, da alternde Sinneszellen das Durstempfinden unterdrücken.<sup>3</sup> Zusätzlich kann die Flüssigkeitsausscheidung durch eine verschlechterte Nierenfunktion erhöht sein.<sup>4</sup> Dies führt dazu, dass dem Körper neben Flüssigkeit auch wichtige Elektrolyte verloren gehen, wodurch es zu Wadenkrämpfen kommen und auch die Nervenfunktion beeinträchtigt sein kann. Die Lösung des Problems ist für die Wissenschaftler klar: Menschen müssen mit zunehmendem Alter einfach mehr trinken. Was sich jedoch so leicht anhört, ist in der Realität für viele schwer umzusetzen, denn das über das Gehirn gesteuerte verringerte Durstempfinden führt dazu, dass viele einfach vergessen, genug zu trinken.

Unter einigen Wissenschaftlern kursierte jedoch bald eine andere Idee. Sie stellten fest, dass der Körper nur einen gewissen Teil der getrunkenen Flüssigkeit überhaupt aufnehmen kann. Ihr Gedanke: Könnte man nicht einen Weg finden, dass der Körper von der



getrunkenen Flüssigkeit einfach *mehr* aufnimmt und diese nicht ungenutzt ausscheidet?

## Die Entdeckung: Die Nutzung des SGLT-1-Transporters

Diese Idee rief schließlich ein deutsches Forscherteam auf den Plan. Sie stellten sich genau dieselbe Frage: Wenn sich ältere Menschen so schwer damit tun, ausreichend zu trinken, gibt es vielleicht eine Möglichkeit, dass mehr von der getrunkenen Flüssigkeit vom Körper tatsächlich aufgenommen wird, also dass aus einem Glas Wasser sinnbildlich drei Gläser Wasser werden?

Im Zuge ihrer Recherchen stießen die Forscher auf einen körpereigenen natürlichen Mechanismus, den sogenannten Natrium-Glucose-Cotransporter SGLT-1. Dieser funktioniert wie folgt: Wenn der Körper Glucose und spezifische Elektrolyte in einem genau austarierten Verhältnis gemeinsam mit Flüssigkeit aufnimmt, nimmt der SGLT-1-Transporter seine Arbeit auf. Er transportiert die Glucose mit den Elektrolyten in die Körperzellen. Das Geniale: Dadurch, dass nun Glucose und Elektrolyte in die Körperzellen gelangen, entsteht ein gewisser „Unterdruck“. Und genau dieser Unterdruck führt dazu, dass das Wasser mit in die

Körperzellen gezogen wird. So wird zwischen 3- und 4-mal mehr Wasser aufgenommen, sinnbildlich werden also aus einem Glas Wasser drei Gläser.

## Der Durchbruch in der Forschung

Nach umfangreichen Tests gelang es dem Forscherteam, eine Nährstoffkombination zu entwickeln, die sich spezifisch den Natrium-Glucose-Cotransporter zu Nutze macht. Das daraus entstandene Produkt nannten sie Kijimea Liquid. Das Ergebnis: Wenn Flüssigkeit mit zwei darin aufgelösten Brausetabletten Kijimea Liquid getrunken wird, kann der Körper nicht mehr nur, wie normalerweise, einen Milliliter Flüssigkeit pro Stunde je Zentimeter Dünndarm verarbeiten, sondern tatsächlich drei bis vier Milliliter – also die drei- bis vierfache Menge in entsprechend kürzerer Zeit.

Wichtig zu wissen: Die spezifische Zusammensetzung und Rezeptur von Kijimea Liquid, die gezielt den SGLT-1-Transporter aktiviert, ist einzigartig und unterscheidet sich ganz wesentlich von reinen Elektrolytlösungen. Unsere Empfehlung ist daher: Fragen Sie in Ihrer Apotheke gezielt nach Kijimea Liquid, und weichen Sie nicht auf ähnlich anmutende Produkte aus.

<sup>1</sup>Picetti D., Foster S., Pangle A. K., Schrader A., George M., Wei J. Y., Azhar G. (2017): Hydration health literacy in the elderly, *Nutr Healthy Aging*, Dec 7;4(3):227-237. • <sup>2</sup>Hooper L., Bunn D., Jimoh F. O., Fairweather-Tait S. J. (2014): Water-loss dehydration and aging, *Mech Aging Dev*, Mar-Apr;136-137:50-8. • <sup>3</sup>Farrell M. J., Zamarripa F., Shade R., Phillips P. A., McKinley M., Fox P. T., Blair-West J., Denton D. A., Egan G. F. (2008): Effect of aging on regional cerebral blood flow responses associated with osmotic thirst and its satiation by water drinking: A PET study, *105 (1) 282-287*. • <sup>4</sup>Waas T., Schulz A., Lotz J., Rossmann H., Pfeiffer, et al. (2021): Distribution of estimated glomerular filtration rate and determinants of its age dependent loss in a German population-based study, *Scientific Reports 11*, 10165. • <sup>5</sup>Health Claim Verordnung VO(EU) Nr. 432/2012



## Der Flüssigkeits-Multiplikator mit Elektrolyten



- ✓ Beschleunigt und erhöht die Aufnahme von Wasser und Elektrolyten<sup>5</sup>
- ✓ Einzigartiger Komplex aus Mikronährstoffen, D-Glucose und Elektrolyten
- ✓ Mit erfrischendem Zitronengeschmack

Für Ihre Apotheke:

**Kijimea Liquid**  
(PZN 18492015)

[www.kijimea-liquid.de](http://www.kijimea-liquid.de)



## So kommt der Darm in Schwung

länger und die Verdauung gerät ins Stocken – unregelmäßiger Stuhlgang oder sogar Verstopfung sind die Folge. Noch dazu tritt häufig ein unangenehmer Blähbauch auf. Forscher haben jetzt ein Produkt entwickelt, das die Verdauung aktiviert (Kijimea Regularis PLUS, Apotheke).

Mit seinem dualen Wirkprinzip aus hochreiner Methylcellulose und Psyllium unterstützt Kijimea Regularis PLUS die normale Funktion des Darms, hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm

zu erhalten<sup>1</sup>: Die enthaltenen Fasern natürlichen Ursprungs quellen im Darm auf und dehnen die Darmmuskulatur sanft. Dadurch erhält sie den Impuls, sich wieder zu bewegen. So kommt der Darm aus eigener Kraft in Schwung und die Verstopfung löst sich, planbar und zuverlässig. In der Folge werden die Gase im Darm reduziert, wodurch der Blähbauch verschwindet. Außerdem enthält Kijimea Regularis PLUS über 300 Millionen Bakterien pro Portion – ein zusätzliches Plus für den Darm.

Stress, wenig Bewegung oder eine ballaststoffarme Ernährung führen häufig zu einer reduzierten Darmaktivität. Der Transport der Nahrung durch den Darm dauert dann deutlich

Für Ihre Apotheke:

**Kijimea Regularis PLUS**  
(PZN 18598802)



[www.kijimea-regularisplus.de](http://www.kijimea-regularisplus.de)

<sup>1</sup>Die Angabe „Hilft, die Darmpassage zu erleichtern und einen gesunden Darm zu erhalten“ bezieht sich auf einen dreimaligen Verzehr pro Tag. • Abbildung Betroffenen nachempfunden.