

# Schnelle Hilfe bei Muskelkrämpfen

**Muskelkrämpfe können sehr schmerzhaft sein** und sind weit verbreitet; in Deutschland leiden rund 30 Mio. Menschen hierunter. Diese Beschwerden sollte man nicht einfach hinnehmen, es gibt effektive und schnelle Hilfen dagegen.



**M**uskelkrämpfe können durch viele unterschiedliche Ursachen ausgelöst werden. Sie reichen von mangelnder Durchblutung, orthopädischen Ursachen bis hin zu Stoffwechselstörungen (z.B. Diabetes) oder medikamentöse Nebenwirkungen. Nur selten wird ein Muskelkrampf durch Magnesiummangel ausgelöst. Nach epidemiologischen Daten<sup>1</sup> liegt lediglich bei 10% der Erwachsenen ein Magnesiummangel vor.

## Effektive und schnelle Hilfe durch Chininsulfat

Der Naturstoff Chinin – pharmazeutisch zubereitet zu Chininsulfat – ist für seine schnelle und effektive Muskelentkrampfung bekannt. Der Wirkstoff setzt direkt am Ort des Geschehens an, am Muskel selbst. Die Muskelfunktion wird dadurch nicht beeinträchtigt. Das Besondere ist, dass Chininsulfat bei Muskelkrämpfen unterschiedlicher Ursachen wirkt, auch

wenn Magnesium nicht ausreicht oder nicht schnell genug hilft.

Chininsulfat (nur in Limptar® N – rezeptfrei in der Apotheke) wirkt schnell und direkt auch bei stärkeren, akuten Krämpfen, aber auch vorbeugend bei immer wiederkehrenden nächtlichen Wadenkrämpfen. Als Soforthilfe lassen sich die 4 B gut merken: Beugen (dehnen), Bewegen, Bearbeiten (massieren) und Brausen (Wechseldusche).

## Limptar® N löst direkt den Krampf



- ▶ wirkt schnell – auch bei stärkeren Krämpfen
- ▶ beugt wiederkehrenden nächtlichen Wadenkrämpfen effektiv vor
- ▶ bei unterschiedlichen Ursachen

### In Ihrer Apotheke

**Limptar® N 200 mg Filmtabletten.** Wirkstoff: Chininsulfat. Anwendungsgebiete: Limptar® N wird angewendet zur Verhütung und Behandlung nächtlicher Wadenkrämpfe. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Cassella-med - Gereonsmühlengasse 1 · 50670 Köln · Ein Unternehmen der Klosterfrau Healthcare Group. [www.limptar.de](http://www.limptar.de)

**Traumaplant® Wirkstoff:** Beinwell-Zubereitung (Zubereitung aus frischem Symphytum x uplandicum-Kraut). Anwendungsgebiete: Traumaplant® wird angewendet bei Prellungen und Verstauchungen (bei Sport- und Unfallverletzungen), Muskel- und Gelenkschmerzen infolge stumpfer Verletzungen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

LIM/PU/09-13/AU  
PERFORMANCE factory

### Zusatzipp bei Bewegungsschmerzen\*

## Die Schmerzsalbe für empfindliche Haut

**Hart zum Schmerz – schonend zur Haut.** Traumaplant® ist nicht nur stark wirksam und direkt schmerzlindernd, sondern verfügt auch über eine ausgezeichnete Hautverträglichkeit. Sie schützt die Hautfeuchtigkeit und -elastizität und beschleunigt zusätzlich die Heilung von verletztem Gewebe\*. Daher eignet sich Traumaplant® besonders gut für empfindliche Haut.

\*infolge stumpfer Verletzungen

<sup>1</sup> Kohlmeier M. et al. Versorgung Erwachsener mit Mineralstoffen und Spurenelementen in der Bundesrepublik Deutschland. In: Kübler W, Andersen HJ, Heesch W. (Hrsg). Vera-Schriftreihe Band V, Wissenschaftlicher Fachverlag Dr. Fleck, Niederkleen, 1995; Vormann J. Physiologie und Pathophysiologie von Magnesium. Schweizer Zeitschrift für Ernährungsmedizin 1:8-11, 2010