



## Magen und Darm: Endlich kein Tabu-Thema mehr

Magen und Darm: Endlich kein Tabu-Thema mehr  
Rund 20 Prozent aller Deutschen haben Probleme mit Magen und Darm. Sie leiden, meistens heimlich, denn für viele sind Erkrankungen des Verdauungstrakts ein Tabu-Thema. Mal sind es nur leichte Störungen oder ein Infekt, mal steckt eine erkennbare Krankheit dahinter. Magen und Darm, das neue Gesundheitsbuch aus der Ratgeber-Reihe der Stiftung Warentest, hilft Ursachen zu erkennen und bei Beschwerden richtig zu handeln. Appetitlosigkeit, Bauchschmerzen, Übelkeit, Völlegefühl, Durchfall oder Verstopfung: unser Verdauungssystem meldet sich auf unterschiedliche Art und Weise, wenn es aus dem Gleichgewicht geraten ist. Was die verschiedenen Beschwerden zu bedeuten haben und welche Erkrankungen möglicherweise dahinter stecken, erklären die Experten der Stiftung Warentest in diesem Buch. Sie geben erste Ratschläge, wann Hausmittel reichen, wann ärztlicher Rat gefordert ist, was Wärme, Tees und alternative Behandlungen bringen und welche Untersuchungen in der Praxis notwendig und sinnvoll sind. Dazu gibt es alles Wissenswerte zu Ernährung, Bewegung, Diagnostik und Therapien. Mit einer individuellen verträglichen Ernährung, einem gesunden Lebensstil und ausreichend Bewegung lassen sich manche Verdauungsbeschwerden in den Griff bekommen. Trotzdem kann es nötig sein, zeitweilig auf medikamentöse Unterstützung zurückzugreifen. Alles über Risiken und Nebenwirkungen von Magen- und Darm-Mitteln steht in diesem Buch. Die Autorin Kirsten Khaschei ist Psychologin und arbeitet als Journalistin mit dem Schwerpunkt Gesundheit in Hamburg. "Magen und Darm" hat 175 Seiten und ist ab dem 27. August 2013 für 18,90 Euro im Buchhandel erhältlich oder kann unter [www.test.de/magen](http://www.test.de/magen) bestellt werden. Stiftung Warentest  
Lützowplatz 11-13  
10785 Berlin  
Deutschland  
Telefon: (030) 26 31-0  
Telefax: (030) 26 31-27 27  
Mail: [email@stiftung-warentest.de](mailto:email@stiftung-warentest.de)  
URL: <http://www.test.de>

### Pressekontakt

Stiftung Warentest

10785 Berlin

[test.de](http://test.de)  
[email@stiftung-warentest.de](mailto:email@stiftung-warentest.de)

### Firmenkontakt

Stiftung Warentest

10785 Berlin

[test.de](http://test.de)  
[email@stiftung-warentest.de](mailto:email@stiftung-warentest.de)

Die Stiftung Warentest wurde 1964 auf Beschluss des Deutschen Bundestages gegründet, um dem Verbraucher durch die vergleichenden Tests von Waren und Dienstleistungen eine unabhängige und objektive Unterstützung zu bieten. Wir kaufen ? anonym im Handel, nehmen Dienstleistungen verdeckt in Anspruch. Wir testen ? mit wissenschaftlichen Methoden in unabhängigen Instituten nach unseren Vorgaben. Wir bewerten ? von ?sehr gut" bis ?mangelhaft", ausschließlich auf Basis der objektivierten Untersuchungsergebnisse. Wir veröffentlichen ? anzeigefrei in unseren Zeitschriften test und Finanztest und im Internet unter [www.test.de](http://www.test.de). Die Testarbeit einmal nachgerechnet: Seit ihrer Gründung hat die Stiftung Warentest in mehr als 5.000 Tests etwa 100.000 Produkte geprüft. Dazu kommen mehr als 2.000 Dienstleistungstests. Die Ergebnisse werden jedes Jahr in rund 8,4 Millionen Heften veröffentlicht. Hier die wichtigsten Zahlen und Fakten des Jahres 2012.