

## Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät)

### Zum Diätmanagement bei infektiösen Nierensteinen

Lit-Control® pH Down wurde speziell dafür entwickelt, den pH-Wert des Harns zu senken (anzusäuern) und die Bildung von Nierensteinen zu reduzieren, die bei hohen pH-Werten (über 6,2) entstehen können. Dazu zählen z.B. infektiöse Nierensteine (sogenannte Struvitsteine, typische Begleiter von Harnwegsinfektionen) und Kalziumphosphatsteine.

**Der pH-Wert des Harns** ist ein Maß für den Säuregehalt und spiegelt die Ernährung und Stoffwechselaktivität des Körpers wider. Er sollte idealerweise zwischen 5,5 und 6,2 liegen. Schwankungen des pH-Werts sind mit einem höheren Risiko für die Bildung von verschiedenen Nierensteinen verbunden.

Einige Mikroorganismen (die auch Harnwegsinfekte auslösen) können den Harn-pH-Wert erhöhen (alkalisieren). Das schafft eine günstige Umgebung für ihr Wachstum. Gleichzeitig fördert es die Kristallisation und Ausfällung von Mineralsalzen (z.B. von Kalzium- oder Magnesiumphosphaten). So können sich infektiöse Nierensteine bilden. Durch die richtige Kontrolle des pH-Werts kann dieses Risiko verringert werden.

### Wirksame Bestandteile des Diätmanagements

Lit-Control® pH Down besteht aus einer Kombination von 4 verschiedenen Wirkstoffen: L-Methionin, Phytat, Zink und Vitamin A.

**L-Methionin** ist eine essentielle Aminosäure, die vom Körper nicht selbst hergestellt werden kann. Daher muss sie über die Ernährung zugeführt werden. In Studien wurde nachgewiesen, dass L-Methionin den pH-Wert des Harns senkt und so dazu beiträgt, die Bildung von Nierensteinen zu verhindern.

**Phytate** (Salze der Phytinsäure) werden aus Reiskleie gewonnen. Sie hemmen die Bildung von Kalzium- und Magnesiumkristallen.

**Zink und Vitamin A** verbessern die Wirkung der Phytate. Zink verstärkt die Bindung der Phytate an Kalzium, wodurch weniger Kristalle entstehen können, und Vitamin A verlangsamt den Abbau der Phytate.

Es wurden keine Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten beobachtet.

### Anwendung

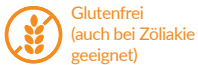
Es wird empfohlen, jeweils eine Kapsel zum Frühstück und zum Abendessen mit einem Glas Wasser einzunehmen. Bei Patienten mit Schluckbeschwerden können die Kapseln geöffnet, in Joghurt oder Fruchtsaft eingerührt und eingenommen werden.

### Tipps zur Vorbeugung von Harnwegserkrankungen

Im Allgemeinen wird empfohlen, einen aktiven Lebensstil zu führen, sich regelmäßig körperlich zu betätigen und täglich 2,5 bis 3 Liter Wasser zu trinken. Weiters ist es ratsam, sich abwechslungsreich und ausgewogen zu ernähren und salzreiche Lebensmittel zu vermeiden. Bei Patienten mit häufigen Harnwegsinfekten kommt es oft zur Bildung von infektionsbedingten Nierensteinen. Hier müssen auch andere spezifischere Ernährungsempfehlungen befolgt werden, wie eine Verringerung des Konsums von Vitamin-C-reichen Früchten (Orangen, Zitronen, Ananas, Kiwis) und kohlenstoffhaltigen Getränken.

### Bei Fragen

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite [www.germania.at](http://www.germania.at)



### Vertrieb in Österreich durch:

Germania Pharmazeutika GmbH

Schuselkagasse 8

1150 Wien

[office@germania.at](mailto:office@germania.at) - [www.germania.at](http://www.germania.at)

### Hergestellt von:

Devicare S.L.

Av. Can Domènech - Eureka Building (UAB Campus) -

08193 Cerdanyola del Vallès, Barcelona, Spain.

[info@devicare.com](mailto:info@devicare.com) - [www.devicare.com](http://www.devicare.com)