



Natürlich besser leben.

Sodbrennen einfach wegtrinken.

**STAATL.
FACHINGEN**

Das Wasser. Seit 1742.



Das Wasser. Seit 1742.

FACHINGEN STÄATL

Wohl kaum eine deutsche Wassermarke verfügt über eine so ausgeprägt lebendige Tradition wie Staatl. Fachingen. Schon vor Hunderten von Jahren wurde das Wasser für seinen feinen, angenehmen Geschmack und seine außergewöhnliche Mineralisation gelobt. Besondere Gunst erfährt Staatl. Fachingen seit jeher von Menschen, die Wert auf ihre Säure-Basen-Balance legen. So viel Qualität spricht sich herum: Jede zweite in Deutschland gekaufte Heilwasser-Flasche ist Staatl. Fachingen STILL.



Studienaufbau der Sodbrennen-Studie.

- Die Studienteilnehmer waren Erwachsene im Alter von 22 bis 81 Jahren und hatten seit mindestens sechs Monaten häufiges Sodbrennen.
- Design:
 - Multizentrisch: 20 Prüfbüros in ganz Deutschland.
 - Doppelblind: Weder die Probanden noch die betreuenden Ärzte kannten das Prüfmuster.
 - Randomisiert: Die Studienteilnehmer wurden per Zufall den Untersuchungsgruppen zugeordnet.
 - Placebokontrolliert: Staatl. Fachingen STILL wurde gegen ein Placebopräparat getestet.
- Behandlung:
 - 6 Wochen lang
 - über den Tag verteilt 1,5 l/Tag Staatl. Fachingen STILL bzw. Placebo

Wissenschaftliche Studie belegt die Wirkung.*

In einer 2019 bis 2021 durchgeführten wissenschaftlichen Studie wurde nachgewiesen, dass das Heilwasser eine wirksame und gut verträgliche Therapie von Sodbrennen ist, einhergehend mit Verbesserung der Lebensqualität. Staatl. Fachingen STILL ist bei Sodbrennen eine evidenzbasierte Therapieempfehlung.

Der Beweis für die Wirksamkeit des Heilwassers Staatl. Fachingen STILL (Verum) gegenüber einem konventionellen Mineralwasser (Placebo) hinsichtlich der Reduktion von Sodbrennen wurde gezeigt.

Staatl. Fachingen STILL eignet sich zur symptomatischen Behandlung von Sodbrennen bei Erwachsenen.

* Joachim Labenz et al., veröffentlicht online am 27.02.2023 in BMJ Open Gastroenterology
<https://bmjopengastro.bmj.com>

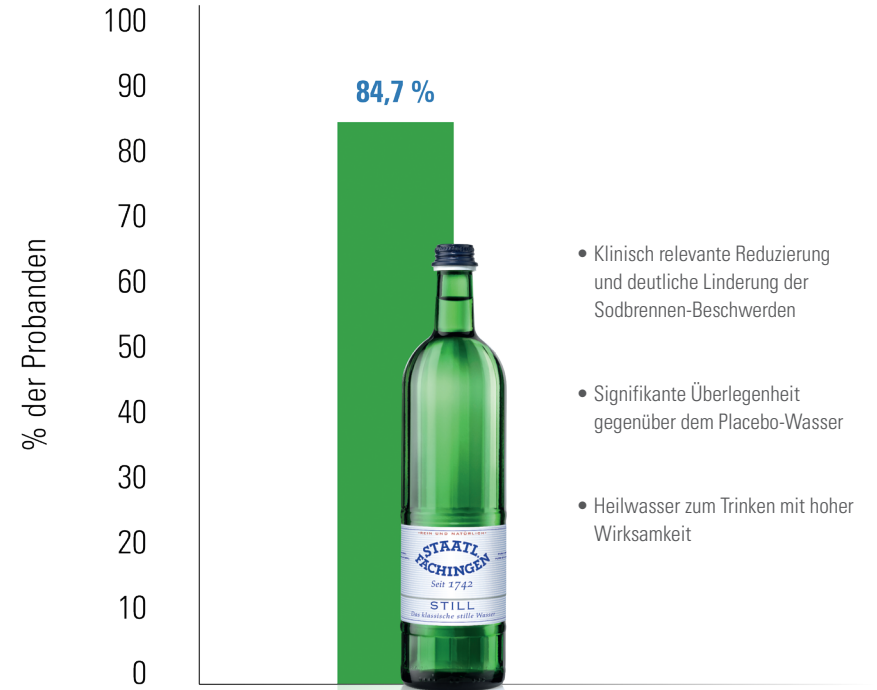
Studienergebnisse.

- Sehr gute Verträglichkeit: keine Nebenwirkungen
- Verbesserung der Lebensqualität bestätigt
 - weniger „emotionaler Stress“
 - weniger Probleme beim Essen/Trinken
 - größere Vitalität
- Die Therapiezufriedenheit von Patienten und Ärzten war signifikant überlegen gegenüber der Placebo-Gruppe.

Fazit:

- Bei fast 85 % der Probanden wurde eine deutliche Symptomreduktion bei Sodbrennen, Dyspepsie (Verdauungsstörungen im Oberbauch) und saurem Aufstoßen belegt.
- Das Heilwasser verbesserte die gesundheitsbezogene Lebensqualität bei einer sehr guten Verträglichkeit.
- Staatl. Fachingen STILL eignet sich zur symptomatischen Behandlung von Sodbrennen bei Erwachsenen.

Studienergebnisse belegen die natürliche Wirksamkeit.



Sodbrennen – ein Volksleiden.

Ein schöner Abend unter guten Freunden mit leckerem Essen, dazu ein feiner Wein und zum Abschluss ein Dessert und bester Espresso. So lässt sich das Leben genießen...

Doch schon bald wird der Genuss getrübt. Fast jeder hat es schon einmal erlebt: das unangenehme Sodbrennen.

Im Normalfall legt sich das Sodbrennen, unterstützt durch einen Verdauungsspaziergang an der frischen Luft, nach einer Weile von selbst wieder. Hilfreich ist es auch, wenn man ein paar Tage auf schwereres Essen verzichtet und anstatt dessen leichte und ausgewogene Kost zu sich nimmt.

Das hilft aber leider nicht immer. Sodbrennen zählt heute zu den häufigsten Beschwerden der Deutschen. Jeder bzw. jede Zweite kennt das Symptom und einer von vier Erwachsenen leidet so stark daran, dass die Lebensqualität und mitunter auch die Arbeitsfähigkeit erheblich eingeschränkt sind.

Doch was genau ist Sodbrennen eigentlich? Welche Ursachen und Auslöser stecken dahinter? Und vor allem: Was kann man dagegen tun?

In erster Linie ist Sodbrennen das Resultat heutiger Lebensweise: Stress, falsche Ernährung oder mangelnde Bewegung können es hervorrufen. Wein und Kaffee, so lecker sie auch sind, kommen oft auch als Übeltäter in Frage. Aber auch andere Umstände, wie z. B. eine Schwangerschaft, können Sodbrennen hervorrufen.

Was ist Sodbrennen?

Das Symptom Sodbrennen beschreibt ein brennendes Gefühl hinter dem unteren Brustbein, das häufig - aber nicht immer - von unten nach oben aufsteigt. Im englischsprachigen Raum wird für Sodbrennen der Begriff „heartburn“ (Herzbrennen) verwandt, ein brennendes Gefühl in der Herzgegend.

Von Patienten wird das Symptom nicht immer in gleicher Weise geschildert, mitunter wird beispielsweise nur von „zu viel Magensäure“ gesprochen. Diese Patienten erleben ein ‚Aufsteigen‘ von saurem Mageninhalt bis in die Mundhöhle. Dann spricht man von einem „Reflux“.

Entstehung und Ursache.

Unser Körper sorgt ständig für sich selbst, indem er die Bestandteile der zugeführten Nährstoffe, Vitamine, Mineralien und Spurenelemente in den Zellen „verstoffwechselt“. Also: abbaut, umbaut und zu neuen Produkten aufbaut.¹

Bei der Komplexität dieser Vorgänge kann es aber durch eine Vielzahl von Faktoren leicht zu einer Stoffwechselstörung kommen, wodurch die Verwertung der aufgenommenen Nährstoffe nicht mehr richtig funktioniert.

Ein Ungleichgewicht des Stoffwechsels und eine überhöhte Säureproduktion im Magen – zu 70% Hauptursache aller Fälle von Sodbrennen – führen oft zu einer „Übersäuerung“ des Körpers.

Hier kann das Trinken von staatl. Fachingen STILL Abhilfe schaffen. Mit seinem natürlich hohen Hydrogencarbonat-Gehalt kann es überschüssige Säure im Magen neutralisieren und so die Säure-Basen-Balance unterstützen.

¹ Vgl. Herzner, Simone: www.apotheken-umschau.de (Januar 2015)

Wie wirkt Staatl. Fachingen STILL?

Gegen Sodbrennen lässt sich auf rein natürliche Weise durch mehrmaliges tägliches Trinken von Staatl. Fachingen STILL vorgehen. Denn Staatl. Fachingen STILL hat mit 1.846 mg pro Liter einen besonders hohen Gehalt an Hydrogencarbonat. Durch dessen ausgleichende Wirkung kann Staatl. Fachingen STILL diese säurebedingten Beschwerden natürlich lindern.

Übrigens sind diese positiven Wirkungen schon seit mehreren Jahrhunderten bekannt und überliefert. Bereits 1749 wird über diese einzigartigen Eigenschaften des Heilwassers aus Fachingen wissenschaftlich berichtet: „Das Wasser (...) wirkt vor allem bei verschiedenen Beschwerden (...), die durch zu viel Säuren (...) verursacht werden. So wirkt es bei (...) hartnäckigem und oft wiederkehrendem Sodbrennen (...)“*



* Vgl. Mogen, Justus: „De aquis medicatis Fachingensibus“ (Jena, 1749)

Hydrogencarbonat – Der natürliche Vorteil.

„Übersäuerung“ bedeutet, dass die natürliche Säure-Basen-Balance des menschlichen Körpers aus dem Gleichgewicht geraten ist. Dies ist in erster Linie eine Folge unserer heutigen Ernährungsgewohnheiten und Lebensweise.

Ohne es zu ahnen, nehmen wir täglich zu viele säurebildende Lebensmittel wie Zucker, Fleisch, Kaffee oder auch Alkohol zu uns. Im übersäuerten Zustand muss der Körper ständig große Anstrengungen unternehmen, um die natürliche Säure-Basen-Balance (20:80) aufrechtzuerhalten. Ist die Säureneutralisation überlastet, treten typische Symptome wie Kopfschmerzen, Müdigkeit, Magenschmerzen – und vor allem Sodbrennen auf. Das Wohlbefinden wird stark beeinträchtigt.





Ihnen beiden zuliebe. In Schwangerschaft und Stillzeit.

Schwangerschaft, Geburt und Wochenbettzeit gehören zu den ereignisreichsten und anspruchsvollsten Phasen im Leben einer Frau. Zehn Monate voller Vorfreude und Erwartung auf ein neues Leben, aber auch begleitet von Schwangerschaftsbeschwerden – wie dem Sodbrennen.

Bis zu 80% aller werdenden Mütter leiden in der zweiten Schwangerschaftshälfte unter Sodbrennen. Das saure Aufstoßen und der unangenehme, brennende Schmerz unter dem Brustbein machen sich vor allem nach Mahlzeiten oder im Liegen bemerkbar.

Achten Sie deshalb auf Ihre Ernährung: Essen Sie regelmäßig und nehmen Sie viele kleine Mahlzeiten zu sich. Die letzte Mahlzeit des Tages sollte idealerweise zwei Stunden vor dem Schlafengehen erfolgen. So verhindern Sie, dass im Liegen Magensäure in die Speiseröhre zurückfließt.

Denken Sie aber immer auch an eine regelmäßige Flüssigkeitsaufnahme über den Tag verteilt, z.B. mit Staatl. Fachingen STILL. Bei starken Beschwerden ist es ratsam, nachts die Lage des Oberkörpers zu erhöhen.

8 Tipps gegen Sodbrennen.

- Essen Sie oft leichte, ausgewogene Kost
- Machen Sie kurze Verdauungsspaziergänge
- Nehmen Sie regelmäßig basische Lebensmittel wie Obst, Gemüse und Kräuter zu sich
- Bewegen Sie sich regelmäßig an der frischen Luft und treiben Sie Sport
- Gönnen Sie sich immer mal wieder Ruhephasen, um vom Stress zu entspannen
- Schlafen Sie auf der Seite. Das Liegen auf Bauch oder Rücken kann den Rückfluss von Säure begünstigen
- Wenn Sie schwanger sind, essen Sie häufiger kleinere Mahlzeiten und achten Sie unbedingt auf eine regelmäßige Flüssigkeitsaufnahme
- Trinken Sie täglich Staatl. Fachingen STILL – hierdurch kann überschüssige Magensäure gebunden und damit Sodbrennen gelindert werden

Beherzigen Sie diese Tipps und Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden werden es Ihnen danken.

Natürliche Mineralstoffe und Spurenelemente.

Inhaltsstoffe von Heilwässern sind vor allem wichtige Mineralstoffe und Spurenelemente. Je nach Heilwassertyp beruht die Wirkung z.B. auf dem hohen Gehalt an Calcium, Magnesium, Natrium, Hydrogencarbonat, Sulfat, Fluorid oder Kohlensäure.

Aufgrund seiner Herkunft besitzt jedes Heilwasser eine ganz einzigartige Zusammensetzung aus einer Vielzahl verschiedener Inhaltsstoffe. Entsprechend spezifisch wirkt es auch. Dabei wirkt die Kombination aus Mineralstoffen und Spurenelementen immer in ihrer Gesamtheit.

Voraussetzung für die Wirksamkeit sind jedoch immer besonders hohe Mengen der jeweils maßgeblichen Inhaltsstoffe. Diese müssen bestimmte Richtwerte erreichen.¹

Heilwasser mit viel	Erforderliche Wirkstoffmenge	Mögliche Anwendung bei ^{1,2}
Hydrogencarbonat	> 1.300 mg/Liter	Übersäuerung, Sodbrennen, Reizmagen, bestimmte Harnwegsinfekte, bestimmte Harnsteine
Calcium	> 250 mg/Liter	Calciummangel, Osteoporose
Magnesium	> 100 mg/Liter	Magnesiummangel und dessen Folgen wie z.B. Muskelkrämpfe beim Sport, Kopfschmerzen
Kohlensäure	> 1.000 mg/Liter	Anregung der Magen-Darm-Funktion, Förderung der Harnausscheidung, Harnwegsinfekte

¹ www.heilwasser.com

² Maßgeblich sind immer die auf dem jeweiligen Heilwasser-Etikett angegebenen Anwendungsgebiete.



In 1 Liter Staatl. Fachingen STILL Heilwasser sind wertvolle Mineralien und Spurenelemente enthalten:

Lithium	0,77 mg/l	Fluorid	0,30 mg/l
Natrium	564 mg/l	Chlorid	139 mg/l
Kalium	16,1 mg/l	Bromid	0,17 mg/l
Ammonium	0,48 mg/l	Iodid	0,014 mg/l
Magnesium	59,2 mg/l	Sulfat	39 mg/l
Calcium	98,7 mg/l	Hydrogencarbonat	1.846 mg/l
Strontium	0,33 mg/l	Metakieselsäure	30,6 mg/l
Mangan	0,40 mg/l	Metaborsäure	1,34 mg/l

Gasförmige Stoffe:

Kohlendioxid 1.510 mg/l

Anwendungsgebiete:

Zur symptomatischen Behandlung von Sodbrennen bei Erwachsenen. Staatl. Fachingen regt die Funktion von Magen und Darm an, fördert die Verdauung. Es fördert die Harnausscheidung bei Harnwegserkrankungen, beugt Harnsäure- und Calciumoxalatsteinen vor und unterstützt die Behandlung chronischer Harnwegsinfektionen.

Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie das Etikett und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke. Stand der Information: 08/2022.



Haben Sie Fragen
zu Staatl. Fachingen?
0800 - 100 81 56
(gebührenfrei)

**STAA TL.
FACHINGEN**

Das Wasser. Seit 1742.

Fachingen Heil- und Mineralbrunnen GmbH • Brunnenstraße 11 • 65626 Fachingen
Tel.: +49 (0) 6432/9834-0 • E-Mail: info@fachingen.de • www.fachingen.de
facebook.com/staatl.fachingen • instagram.com/staatl.fachingen • www.fachingen.tv