TORRE
Die natürlich-Apotheken

# Kompetenzboard

**Titel:** Trockene Nagelhaut und Darmperistaltik nach OP

**Fallnummer:** 16

**Datum:** 13.11.2026

## Anfrage:

Bei einer Patientin wurde im letzten Jahr aufgrund von Dauerblutungen die Gebärmutter entfernt. Seitdem bestehen massive Störungen der Darmperistaltik. Zudem wurde wegen einer Krebserkrankung vor einigen Jahren die Schilddrüse entfernt. Weitere Erkrankungen sind Bluthochdruck, Diabetes und Hitzewallungen.

**Aktuell werden folgende Präparate eingenommen:** Insulin, L-Thyroxin, Candesartan, Omega-3-Öl, Magnesium, Vitamin-B-Komplex, Vitamin D, Zink und Selen.

Seit einigen Wochen ist die Haut um die Fingernägel sehr trocken und steht in Fetzen ab. Außerdem besteht die Problematik, dass der Bauch zunehmend dicker wird und teilweise stationär eine Abführung notwendig war. Es wird um eine Einschätzung zu diesen Beschwerden gebeten.

# Antwort:

## Hier die Antwort unseres pharmazeutischen Teams:

**Aufgrund der Dauerblutung im Vorfeld:** Hb, Ferritin, Transferrinsättigung plus CRP – Eisenmangelanämie oder latente Anämie? Bitte überprüfen.

**B12**: Resorptionsstörung? Mangelhafter Intrinsic Factor? Megaloblastäre Anämie? – Beim Serum-B12 sollte der Wert größer 300 sein, besser noch die Bestimmung von aktivem B12 als Holo-TC. Beide, Eisen und B12, könnten Ursachen für die Hautproblematik im wachstumsstarken Gewebe des Nagels sein. Mit Werten gerne wieder Rückmeldung, ansonsten Kombination low-dose-Eisen-B12-Folat (Cave: Eisen und Zink nicht gleichzeitig mit L-Thyroxin, mind. 2 h getrennt davon) wie z. B. Ferro sanol comp o. ä. Wichtig: nicht mit nur Hb-Wert „abspeisen“ lassen.
**Koloskopie:** letzter Termin?**Darmperistaltik:** Die „Energie“ für die Bewegung des Dickdarms stammt größtenteils aus der Produktion von kurzkettigen Fettsäuren, Essig- und Propionsäure, welche die Mikrobiota des Dickdarms aus löslichen Ballaststoffen produziert. Ferner ist der häufigste „Mangel“ im Ernährungskreis der Ballaststoffmangel (30 g/Tag). Vorsicht vor unlöslichen Ballaststoffen wie aus Vollkornmehl oder -brot, keine „Körnerbrote“, sondern z. B. Vollkornroggenmehlbrote mit Natursauerteigführung.
Es eignen sich lösliche pulverisierte Ballaststoffe wie mybiotic Praelasan, das sich sehr gut aufsteigend dosieren lässt (Indische Flohsamen, Baobabpulver und resistente Dextrine), da es kaum Auswirkungen auf den Blutzucker macht. Trotzdem bei insulinpflichtigem Diabetes intensiv BZ messen.
**1 Woche:** 1× täglich ½ Messlöffel, 2 h getrennt von Arzneimitteln und Substituten, z. B. 10 Uhr morgens
**2 Woche:** 1× täglich 1 Messlöffel
**3 Woche:** 2× täglich 1 Messlöffel, immer in stillem Wasser, 2–3 min quellen lassen und 300 ml Wasser hinterhertrinken Dauer: 8–12 Wochen
Zusätzlich Lacto-/Bifidobakterien einsetzen, jeden 2. Tag ein Multispezies-Produkt.

**Hinweis:** Unsere Empfehlungen basieren auf bestem Wissen und Gewissen sowie auf den Inhalten der regulationspharmazeutischen Ausbildung bei TORRE. Sie dienen der Unterstützung Ihrer pharmazeutischen Beratung und ersetzen keine ärztliche Diagnose oder Therapie. Bitte haben Sie Verständnis, dass wir im Rahmen der gesetzlichen Vorgaben keine Haftung für die Umsetzung übernehmen können.