

## **Wohlfühlen statt Gürtel lockern: Neue Studie belegt den positiven Effekt von Danone Activia auf den Bauchumfang bei Blähbauch**

München, 5. Februar 2009. Viele kennen das unangenehme Gefühl, wenn der noch morgens so flache Bauch sich im Laufe des Tages zum sogenannten „Blähbauch“ ausdehnt. Jetzt belegt eine neue, unabhängige Studie der Universität Manchester, dass sich der regelmäßige Verzehr von Danone Activia auf dieses lästige Problem positiv auswirkt und die Änderung des Bauchumfangs von Betroffenen um bis zu 4 Zentimeter reduzieren kann. Die regulierende Wirkung von Activia bei einer langsamen Verdauung wurde bereits in zahlreichen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen.<sup>1</sup>

34 Frauen mit wiederkehrenden Verdauungsproblemen im Alter von 20-69 Jahren verzehrten über einen Zeitraum von 28 Tagen täglich zwei Mal einen Becher Activia. In der parallelen Placebo-Gruppe stand die gleiche Menge eines alternativen Kontrollprodukts auf dem Speiseplan. Zu Beginn und am Ende dieser Zeit wurde für jeweils 24 Stunden der Bauchumfang der Teilnehmerinnen bestimmt – und zwar mit Hilfe eines speziell entwickelten Gürtels, der kleinste Veränderungen bereits im Millimeter Bereich genauestens registriert. Die „Belt-Studie“ („Gürtel-Studie“) ist die erste Studie überhaupt, die die Wirksamkeit eines funktionellen Lebensmittels auf den Blähbauch untersucht. Ziel war es, den Einfluss des regelmäßigen Verzehrs von Activia auf den Bauchumfang bei Blähbauch zu evaluieren. Die Studie wurde von einem unabhängigen Team der Universität in Manchester, Fachbereich Neurogastroenterologie, durchgeführt.

**Activia wirkt positiv auf den Bauchumfang: Reduktion der Bauchdehnung um bis zu 4 Zentimeter**

Die Belt-Studie zeigt: Der tägliche Verzehr von Danone Activia wirkt sich positiv auf die Bauchdehnung und damit den Taillenumfang aus. Im Vergleich zum Ausgangswert

---

<sup>1</sup>Bei täglichem Verzehr und im Rahmen einer ausgewogenen Ernährung und eines gesunden Lebensstils.

nahm die maximale Bauchdehnung der „Activia“ Gruppe um durchschnittlich 77,3 Prozent ab. Dieser Wert lag bei den Teilnehmerinnen der Gruppe, die das Kontrollprodukt zu sich genommen hatten, bei 28,6 Prozent. Bei der „Activia“-Gruppe entspricht dies einer Reduktion der maximalen Bauchdehnung von 4 Zentimeter – ein deutlicher Unterschied im Vergleich zu 2,5 Zentimeter bei der Vergleichsgruppe. Gleichzeitig bestätigte sich einmal mehr, dass Activia sich positiv auf Verdauungsprobleme auswirkt: Die Teilnehmerinnen der Activia-Gruppe berichteten über einen deutlichen Rückgang ihrer Probleme und fühlten sich weniger aufgebläht.

### **Umfrage zeigt: Vor allem Jüngere sind vom Blähbauch betroffen**

Laut einer repräsentativen Umfrage von Danone und tns infratest fühlen sich über 12 Prozent der Deutschen im Alter von 30-39 Jahren mindestens ein Mal im Monat aufgebläht; in der Altersgruppe der 14-29-jährigen sind es sogar über 20 Prozent.

Um dagegen anzugehen, lassen sich die Betroffenen so Einiges einfallen: Hilfsmittel Nummer Eins ist Sport und körperliche Bewegung (60 Prozent). Über 50 Prozent helfen sich mit weiterer Kleidung (54,7 Prozent) oder indem sie ab und an eine Mahlzeit ausfallen lassen (53,7 Prozent). Zur Not wird einfach der Gürtel gelockert (51 Prozent), sodass man sich – zumindest für den Moment – wohler fühlt. 30 Prozent stellen bei Problemen ihre Ernährung um.

### **Hilfe kommt von innen**

Wer täglich Activia isst, kann genussvoll etwas für sein Bauchgefühl tun und die natürliche „Blähbauch-Ausdehnung“ über den Tag deutlich reduzieren. Auch unabhängig vom Bauchumfang ist Activia ein echter „Wohlfühl-Joghurt“: Bei langsamer Verdauung kurbelt er die Durchgangszeit im Dickdarm an und hilft so, die Verdauung auf natürliche Weise zu regulieren. Das Geheimnis ist seine spezielle Bifidus-Kultur ActiRegularis®. Zahlreiche wissenschaftliche Studien haben gezeigt, dass Activia sich positiv auf das Darmbefinden auswirkt und bei täglichem Verzehr hilft, eine langsame Verdauung in Schwung zu bringen.

## **Die Studien – Hintergründe und Wissenswertes**

Sämtliche Studien, die von Danone beauftragt werden, unterliegen hohen Qualitätsstandards. Jede dieser Studien wird unabhängig durchgeführt und liefert repräsentative Ergebnisse. Die Studien werden in renommierten wissenschaftlichen Zeitschriften veröffentlicht. Das Studiendesign wird im Vorfeld von einem ethischen Komitee begutachtet. Die Studien entsprechen den ICH-Guidelines<sup>2</sup> sowie den Good Clinical Practice Guidelines – internationale Standards, die auch in der pharmazeutischen Industrie zu Grunde gelegt werden.

Mit der Belt-Studie knüpft Danone an die bisherigen wissenschaftlichen Ergebnisse für Activia an und erweitert diese im Bereich Darm-Wohlbefinden um wertvolle Erkenntnisse zum Thema Bauchumfang bei Blähbauch. Neben zahlreichen anderen Studien, die in der Vergangenheit die regulierende Wirkung von Activia auf eine langsame Verdauung und auf das Wohlbefinden im Darm bereits nachgewiesen haben, sind die aktuellen Resultate ein wertvoller Beitrag, der das bisherige wissenschaftliche Dossier von Danone Activia unterstützt und weiterentwickelt.

*Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an:*

**DANONE GmbH**  
**Unternehmenskommunikation**  
**Richard-Reitzner-Allee 1**  
**85540 Haar**  
**Telefon: 089/ 627 33 336**  
**Fax: 089/ 627 33 659**  
**E-Mail: [presse@danone.de](mailto:presse@danone.de)**

---

<sup>2</sup>Die ICH Guidelines sind die von der „International Conference on Harmonisation of Technical Requirements for Registration of Pharmaceuticals for Human Use“ einheitlichen und empfehlenden *Guidelines* für die Bewertung der Qualität, Wirksamkeit und Unbedenklichkeit von Arzneimitteln.