

# Orlistat HEXAL® 60 mg Hartkapseln



## Schneller zum Wunschgewicht

Orlistat HEXAL® 60 mg ist die perfekte Ergänzung für eine fettreduzierte Diät und hilft bis zu 50% mehr abzunehmen als mit der Diät allein. Für jeweils 2 Kilo Gewichtsabnahme ergänzt durch eine Diät und mehr Bewegung kann durch Orlistat HEXAL® 60 mg zusätzlich ein weiteres Kilo abgenommen werden. Geeignet für übergewichtige Menschen ab 18 Jahren mit einem BMI (Body-Mass-Index) von mind. 28 (Faustregel zur Berechnung des BMIs: Körpergewicht geteilt durch Körpergröße hoch zwei).

## Weniger Fett aufnehmen

Orlistat HEXAL® 60 mg deaktiviert im Magen-Darm-Trakt diejenigen Enzyme, die Fett spalten. Daher kann der Körper ein Viertel des in der Nahrung enthaltenen Fettes nicht aufnehmen. Das unverdaute Fett wird auf natürlichem Weg ausgeschieden und kann deshalb nicht in den Fettzellen gespeichert werden. Das führt auf längere Sicht zu einer Gewichtsabnahme.

### Mit der 3-fach-Wirkung von Orlistat HEXAL® 60 mg effektiver abnehmen

- Reduziert die Fettaufnahme.
- Verringert die Kalorienzufuhr.
- Beschleunigt den Diät-Effekt.

## ANWENDUNG UND EINNAHME:

- Dreimal täglich eine Kapsel Orlistat HEXAL® 60 mg unmittelbar vor, während oder bis zu 1 Stunde nach jeder Hauptmahlzeit mit etwas Wasser einnehmen.
- Die empfohlene Fettmenge im Rahmen der Diät sollte gleichmäßig auf die drei kalorienreduzierten Mahlzeiten verteilt sein.
- Wird eine Mahlzeit ausgelassen oder enthält sie kein Fett, sollte auf die Einnahme von Orlistat HEXAL® 60 mg verzichtet werden, da das Präparat nur bei fetthaltigen Nahrungsmitteln wirkt.
- Nicht mehr als 3 Kapseln pro Tag einnehmen und Orlistat HEXAL® 60 mg nicht länger als 6 Monate anwenden.



Viel Gemüse, Obst, Vollkorn-Produkte, wenig Fleisch – die Umstellung auf eine abwechslungsreiche, kalorienreduzierte Mischkost ist einfach



Wer täglich nur 500 Kalorien weniger zu sich nimmt, kann dauerhafte Erfolge beim Abnehmen erzielen



Viel trinken: Täglich 1,5 bis 2 Liter Wasser, ungesüßter Tee und andere kalorienarme Getränke unterstützen den Abnehmerfolg



## MEHR WOHLBEFINDEN

Wer Übergewicht dauerhaft abbaut, tut viel für das Wohlbefinden: Wenn die Pfunde purzeln und persönliche Ziele erreicht werden, fühlen sich viele wohler in ihrem Körper.

## MEHR GESUNDHEIT

Jedes Kilo zu viel belastet den Körper, starkes Übergewicht (Adipositas) ist eine Gefahr für die Gesundheit. Wer konsequent Gewicht abnimmt, entlastet Herz und Gefäße und senkt damit das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall, reduziert die Gefahr an Typ-2-Diabetes zu erkranken und kann vielen anderen Zivilisationskrankheiten wie Sodbrennen, Gallensteinen und Entzündungen der Gallenblase aktiv vorbeugen.

## MEHR LEBENSQUALITÄT

Weniger Gewicht verhindert oder lindert Gelenkschmerzen – Bewegung macht wieder richtig Spaß und unterstützt einen aktiven Lebensstil. In Verbindung mit der Umstellung auf eine bewusste und gesunde Ernährungsweise wird nicht nur die körperliche, sondern auch die mentale Leistungsfähigkeit erhöht. Abnehmen ist somit ein ganzheitlicher Gewinn an Lebensfreude und Vitalität!

## FÜR ORLISTAT HEXAL® 60 MG - DAS SAGEN KUNDEN



Super zur Unterstützung bei einer Diät! Mit etwas Sport dazu purzeln die Kilos, natürlich habe ich auch meine Ernährung nach und nach umgestellt.



Habe in 5 Monaten 12 kg abgenommen.



Ich kann Orlistat nur empfehlen. Nebenwirkungen habe ich keine erfahren.

## HÄUFIGE FRAGEN & ANTWORTEN:

### Wie wirkt Orlistat HEXAL® 60 mg?

Der Wirkstoff (Orlistat) in Orlistat HEXAL® 60 mg reduziert nicht Ihren Appetit, sondern die Aufnahme der kalorienreichen Nahrungsfette. Dies bewirkt, dass etwa ein Viertel des Fettes aus Ihren Mahlzeiten nicht vom Körper aufgenommen wird. Dieses überschüssige Fett wird mit dem Stuhlgang ausgeschieden und kann somit nicht in den Fettzellen gespeichert werden. Das verstärkt die Wirkung Ihrer Diät und bewirkt auf längere Sicht eine Gewichtsabnahme.

Bei der Einnahme von Orlistat HEXAL® 60 mg können ernährungsbedingte Begleiterscheinungen auftreten. Um diese Begleiterscheinungen so gering wie möglich zu halten, sollten Sie während der Einnahme von Orlistat HEXAL® 60 mg auf eine fettreduzierte Ernährung (ca. 15 g pro Mahlzeit) achten. Dann hilft Ihnen Orlistat HEXAL® 60 mg, bis zu 50 % mehr Gewicht zu verlieren als mit einer Diät allein. Für jeweils 2 kg Körpergewicht, die Sie im Rahmen einer Diät abnehmen, können Sie mit Hilfe von Orlistat HEXAL® 60 mg ein zusätzliches Kilogramm verlieren.

### Wann darf Orlistat HEXAL® 60 mg nicht angewendet werden?

Orlistat HEXAL® 60 mg darf nicht angewendet werden, wenn Sie

- allergisch gegen Orlistat oder einen der sonstigen Bestandteile dieses Arzneimittels sind.
- schwanger sind oder stillen.
- Ciclosporin anwenden.
- Warfarin oder andere Blutverdünnungsmittel anwenden.
- jünger als 18 Jahre sind.
- an einem chronischen Malabsorptionssyndrom leiden.

### Für wen ist Orlistat HEXAL® 60 mg geeignet?

Wenn Sie andere Arzneimittel einnehmen, sollten Sie vor der Einnahme von Orlistat HEXAL® 60 mg mit Ihrem Arzt oder Apotheker sprechen. Orlistat HEXAL® 60 mg hilft bei der Gewichtsreduktion und wird bei übergewichtigen Erwachsenen ab 18 Jahren mit einem Body-Mass-Index (BMI) von 28 oder darüber angewendet. Der BMI hilft Ihnen zu bestimmen, ob Sie im Verhältnis zu Ihrer Körpergröße ein normales Gewicht haben oder übergewichtig sind.

Anhand der folgenden Tabelle können Sie erkennen, ob Sie übergewichtig sind und ob Orlistat HEXAL® 60 mg für Sie geeignet ist.

Körpergröße	Körpergewicht
1,50 m	63 kg
1,55 m	67,25 kg
1,60 m	71,75 kg
1,65 m	76,25 kg
1,70 m	81 kg
1,75 m	85,75 kg
1,80 m	90,75 kg
1,85 m	95,75 kg
1,90 m	101 kg

Liegt Ihr Körpergewicht unter dem in der zu Ihrer Körpergröße passenden Zeile angegeben, sollten Sie Orlistat HEXAL® 60 mg nicht einnehmen.

### Wie lange sollten Sie Orlistat HEXAL® 60 mg einnehmen?

Orlistat HEXAL® 60 mg darf nicht länger als 6 Monate eingenommen werden. Wenn Sie nach 12 Wochen Anwendung von Orlistat HEXAL® 60 mg keine Reduktion Ihres Gewichts feststellen können, fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker um Rat.

Für eine erfolgreiche Gewichtsabnahme ist es wichtig, nicht nur kurzfristig die Ernährung umzustellen. Um erfolgreich abzunehmen und das neue Gewicht zu halten, sollte man seinen Lebensstil ändern. Dazu gehört eine langfristige Umstellung der Ernährungs- und Bewegungsgewohnheiten.

### Wie viel Fett verliere ich mit Orlistat HEXAL® 60 mg ?

Etwa ein Viertel des mit der Nahrung aufgenommenen Fettes wird durch Orlistat HEXAL® 60 mg nicht vom Körper aufgenommen und wieder ausgeschieden. Dadurch können Sie durch Orlistat HEXAL® 60 mg für jeweils 2 kg, die im Rahmen einer Diät abgenommen wurden, ein zusätzliches Kilogramm verlieren.

**Orlistat HEXAL® 60 mg Hartkapseln: Wirkstoff:** Orlistat. **Anwendungsgebiete:** Dient der Gewichtsreduktion und wird bei übergewichtigen Erwachsenen ab 18 Jahren mit einem Body-Mass-Index (BMI) von 28 od. darüber angewendet. Sollte in Verbindung mit einer fett- und kalorienreduzierten Ernährung angewendet werden. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker! Mat.-Nr.: 2/51010600 Stand: Oktober 2016 Hexal AG, 83607 Holzkirchen, www.hexal.de