



Die gute Wahl gegen Schmerzen.



# Wer kennt das nicht?

## Muskel-, Gelenk- und Rückenschmerzen

Muskel-, Gelenk- und Rückenschmerzen zählen zu den am weitesten verbreiteten Schmerzerkrankungen. Im Laufe ihres Lebens haben über 80 % der Deutschen gelegentlich oder häufig Schmerzen in den Bereichen der Muskulatur und der Gelenke. Dabei sind die Ursachen der Beschwerden vielfältig.

### Über- und Fehlbelastungen:

Die Gartenpflanzen umgetopft, die neuen Möbel aufgebaut, am Wochenende eine ausgiebige Fahrradtour gemacht – ungewohnte oder falsche Belastungen können Schmerzen auslösen und zu Verspannungen führen. So gehören Muskelbeschwerden zu den häufigsten Ursachen für akute Rückenschmerzen.

### Verschleißbedingte Beschwerden:

Leiden Sie unter Knieschmerzen beim Treppensteigen oder Rückenschmerzen beim Tragen schwerer Gegenstände? Bei vielen Menschen stellt sich im Laufe des Lebens ein Verschleiß des Bewegungsapparates ein. Der stoßdämpfende Knorpelüberzug der Gelenkknochen wird dabei nach und nach

abgenutzt und die Knochen reiben ungeschützt aufeinander. Das verursacht Schmerzen – bei Belastung, aber auch zu Beginn einer Bewegung aus einer Ruheposition heraus. Besonders betroffen sind häufig beanspruchte Gelenke wie Knie-, Hüft- und Fingergelenke.

### Stumpfe Verletzungen:

Ob beim Sport oder im Alltag: Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen sind, z. B. durch einen heftigen Stoß oder Sturz, schnell passiert. Bei diesen Verletzungen wird die äußerste Hautschicht nicht beschädigt. Was an der Körperoberfläche sichtbar wird, ist die Verletzung im tiefer liegenden Gewebe. Blutergüsse in den Muskelgeweben unter der Haut und Ansammlungen von Gewebswasser verursachen Schmerzen und führen zu Rötungen, Schwellungen und den typischen „blauen Flecken“.

### TIPP:

Viele dieser unterschiedlichen Beschwerden können Sie sehr gut selbst behandeln – auf den folgenden Seiten erfahren Sie, wie und was Sie sonst noch für eine gute Beweglichkeit tun können.



## Schmerzen effektiv behandeln mit hochwirksamem Pflanzenextrakt

Arzneipflanzen haben seit Jahrhunderten einen hohen Stellenwert in der Behandlung von gesundheitlichen Beschwerden. Auch wenn nicht gegen jede Krankheit ein Kraut gewachsen ist, verdanken wir der Natur eine Vielzahl an Pflanzen mit hoher Wirksamkeit. Viele dieser traditionellen Heilpflanzen sind heute elementarer Bestandteil der modernen Medizin.



Beinwell mit Wurzel  
**Symphytum officinale L.**

Eine hochwirksame und bewährte Heilpflanze zur Behandlung von Muskel-, Gelenk- und Rückenschmerzen ist der Beinwell. Bereits der botanische Name **Symphytum officinale L.** weist auf seine Wirkung hin, denn er bedeutet „zusammenwachsen“ oder „heilen“.

Diese heilenden Eigenschaften werden schon seit Jahrhunderten geschätzt – aus der wirkstoffreichen Beinwellwurzel wurden Pasten zur Schmerzlinderung, z. B. bei Knochenbrüchen, Verrenkungen oder Verstauchungen, zubereitet.

Heute wird der hochwirksame Beinwellwurzel-Extrakt erfolgreich zur Behandlung von Muskel-, Gelenk- und Rückenschmerzen eingesetzt. Dabei ist die Wurzel als Rohstofflieferant besonders wichtig, denn als Speicherorgan zeichnet sich der unterirdische Pflanzenteil durch eine sehr hohe Wirkstoffdichte aus.

### Stark wirksam und sehr gut verträglich

Wissenschaftliche Studien belegen neben der starken Wirksamkeit auch eine sehr gute Verträglichkeit des Beinwellwurzel-Extrakts. Insbesondere bei wiederkehrenden Beschwerden, die langfristig behandelt werden müssen, ist eine sehr gute Verträglichkeit unerlässlich. Nicht selten können chemische Wirkstoffe den Körper belasten und zu Schädigungen von Leber oder Niere führen. Präparate mit dem hochwirksamen Beinwellwurzel-Extrakt können dank der sehr guten Verträglichkeit dagegen bedenkenlos auch langfristig angewendet werden.



## Welche Schmerzsalbe ist für mich die Richtige?

Arzneimittel zur Behandlung von Muskel-, Gelenk- und Rückenbeschwerden gibt es fast wie den sprichwörtlichen „Sand am Meer“. Betroffene können zwischen zahlreichen Präparaten mit unterschiedlichen Wirkstoffen in verschiedenen Darreichungsformen wählen. Doch welches ist das Richtige? Worauf kommt es bei der Wahl eines effektiven Schmerzmittels an?

### Die richtige Wahl treffen

Wenn Sie auf der Suche nach einer stark wirksamen und dabei sehr gut verträglichen Schmerzsalbe sind, ist Kytta® die gute Wahl. Sie enthält den hochwirksamen Kytta®-Beinwellwurzel-Extrakt, der nachweislich stark und schnell gegen akute Rückenschmerzen, Schmerzen bei Kniearthrose, Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen wirkt.

Wer Probleme mit wiederkehrenden Beschwerdebildern hat oder sich im Alltag oder beim Sport häufiger verletzt, benötigt nicht nur ein effektives Präparat, sondern auch eines, das er langfristig anwenden kann.

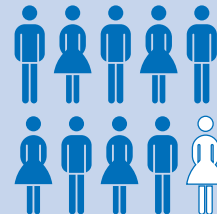
Hier fallen die meisten gängigen Schmerzsalben aus der engeren Wahl. Kytta® Schmerzsalbe dagegen wirkt nicht nur stark

und schnell, sondern ist auch sehr gut verträglich und sogar langfristig anwendbar.

### Anwender sind mit ihrer Wahl zufrieden

Betroffene von Muskel- und Gelenkbeschwerden, die sich für Kytta® Schmerzsalbe entschieden haben, haben ihre Wahl nicht bereut: 90 % sind von der Wirksamkeit dieser Schmerzsalbe überzeugt.

9 von 10  
Anwendern sind  
zufrieden!<sup>1</sup>



<sup>1</sup> mit der Wirksamkeit von Kytta®. Gezeigt bei Patienten mit Kniearthrose. Grube et al. Phytomedicine 14 (2007) 2-10.

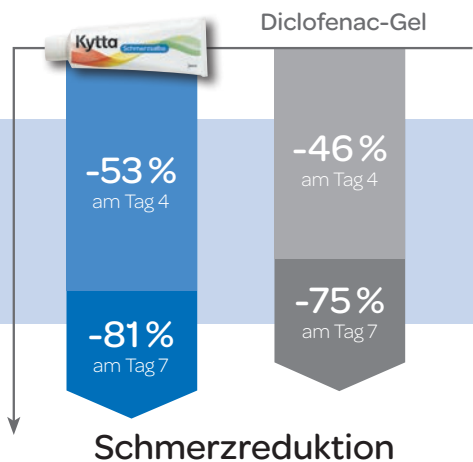
## Schnell und stark

Wirksamkeit klinisch bestätigt!

Es gibt viele gute Argumente für die Kytta®-Produkte. Wissenschaftliche Studien bestätigen mehrfach die starke Wirksamkeit:

### Die starke Alternative zu chemischen Wirkstoffen

Eine der Studien bestätigt eindrucksvoll, dass der Beinwellwurzel-Extrakt souverän dem Vergleich mit dem gängigen chemischen Wirkstoff Diclofenac standhält. Es zeigte sich, dass beide Schmerzsalben eine vergleichbar starke Wirksamkeit haben.



### Gegen Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen

Bei einer Knöchelverstauchung konnte Kytta® Schmerzsalbe die Schmerzen innerhalb von **7 Tagen um bis zu 81 % senken**. Zudem verringerte sich die Schwellung des Gelenks um bis zu 80 %.



### Gegen Schmerzen bei Kniearthrose

Bei einer Kniegelenks-Arthrose konnte Kytta® Schmerzsalbe die Schmerzen **um mehr als die Hälfte reduzieren** und die Beweglichkeit des Knies um bis zu **66 % verbessern**.

### Gegen akute Rückenschmerzen

Auch bei akuten Rückenschmerzen leistet Kytta® Schmerzsalbe nachweislich hochwirksame Hilfe: Die Schmerzsalbe konnte die Beschwerden um **bis zu 95 % senken!** Die schnell spürbare Wirkung setzte bereits **innerhalb 1 Stunde** ein.

### Kytta-Balsam® f bei akuten Rückenschmerzen

Auch Kytta-Balsam® f überzeugt: Der wärmende Schmerzsalbe **reduzierte akute Rückenschmerzen um 88 %!**



### Gute Argumente für Kytta® Schmerzsalbe im Überblick:

- **stark und schnell wirksam:**  
so stark wie der chemische Wirkstoff Diclofenac
- **sehr gut verträglich:**  
sogar langfristig anwendbar



# Was Sie selbst tun können

## Praktische Tipps für den Alltag

Muskel-, Gelenk- und Rückenbeschwerden sind kein Grund, auf körperliche Aktivität zu verzichten – im Gegenteil. Nicht nur trotz, sondern gerade bei Schmerzen sollten Sie sich bewegen. Schon einfache Tipps im Alltag können Ihnen helfen, Schmerzen zu verringern oder sie gar nicht erst entstehen zu lassen.

### Achten Sie auf Ihre Körperhaltung

Insbesondere bei ungewohnten Tätigkeiten, wie z. B. der Gartenarbeit, ist es wichtig, dass Sie Ihre Körperhaltung stets verändern. Denn Fehlhaltungen sind nicht selten der Grund für Rückenschmerzen und Verspannungen. Eine häufig veränderte Haltung dient als natürliches Training für den Körper und stärkt so den Rücken. Übrigens: Erschrecken Sie nicht, wenn Sie nach dem Unkrautjäten einen Muskelkater spüren. Er zeigt lediglich an, dass ein Muskel auf einen unbekanntem Reiz reagiert und klingt schnell von selbst wieder ab.



### Schwere Dinge „richtig“ heben

Das Heben schwerer Lasten kann die Bandscheiben belasten und damit auch dem Rücken schaden. Deshalb ist es wichtig, dass Sie beim Heben stets die Kraft aus den Beinen nehmen. Keinesfalls sollten Sie die Beine durchstrecken und den Rücken rund nach unten beugen. Stellen Sie stattdessen die Füße schulterbreit auf, gehen in die Knie und heben den Gegenstand langsam mit gestrecktem Rücken und nach hinten geschobenen Po an. Treten Sie dabei möglichst nah an die Last heran. So entlasten Sie die Wirbelsäule.





### Bewegungstipps für den Alltag

Auch wer keinen Sport treiben kann oder möchte, kann im Alltag etwas für seine Gesundheit tun. Nehmen Sie

einfach öfter einen „bewegten“ Weg

zur Arbeit oder zum Einkaufen. Lassen Sie den Wagen stehen, fahren Sie Rad oder gehen spazieren. Begegnet Ihnen eine Treppe? Gut so, laufen Sie, statt den Fahrstuhl oder die Rolltreppe zu nehmen! Vermeiden Sie langes Sitzen, stehen Sie zwischendurch auf und gehen ein paar Schritte!

Besuchen Sie uns auf [www.kytta.de](http://www.kytta.de). Hier finden Sie neben praktischen Bewegungsübungen auch weitere interessante Informationen rund um Kytta®.



## Kurztest für Ihre Schmerzsalbe

### Wie finde ich die richtige Schmerzsalbe für mich?

Wenn Ihre Beschwerden doch einmal stärker werden, kann eine wirksame Schmerzsalbe gute Hilfe leisten. Aber welches der zahlreichen im Markt befindlichen Präparate ist für Sie das Richtige? Der nachfolgende Kurztest kann Ihnen dabei helfen, eine gute Wahl zu treffen.

#### Kurztest für Ihre Schmerzsalbe:

Haben Sie häufig Schmerzen in Muskeln und Gelenken oder hin und wieder Rückenschmerzen?

- Ja  
 Nein

Möchten Sie Ihre Schmerzsalbe zeitlich unbegrenzt anwenden?

- Ja  
 Nein

Nehmen Sie zusätzlich auch Schmerztabletten?

- Ja  
 Nein

Wenn Sie mindestens zwei der Fragen mit „JA“ beantworten, ist Kytta® Schmerzsalbe die beste Wahl für Sie. Fragen Sie dazu auch gerne Ihren Arzt oder Apotheker.



## Die gute Wahl gegen Schmerzen.

Bei akuten Rückenschmerzen, Schmerzen bei Kniearthrose, Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen



Das Original

- genauso stark wirksam wie chemische Schmerzsalben<sup>1</sup>
- sogar langfristig anwendbar

Bei schmerzhaften Muskelverspannungen und akuten Rückenschmerzen



Mit Wärme-Effekt

- direkt spürbare Wärme
- stark und schnell wirksam



Mit neutralem Geruch

- stark und schnell wirksam
- sogar langfristig anwendbar

Bei anhaltenden Muskel- und Gelenkbeschwerden

# Kytta

## -Plasma® f

Ideal für Umschläge

- warm und kalt für Umschläge
- langfristig anwendbar

<sup>1</sup> mit dem Wirkstoff Diclofenac.





Die gute Wahl gegen Schmerzen.



Auch als geruchsneutrale Variante erhältlich!

## Gegen Muskel-, Gelenk- und Rückenschmerzen<sup>1</sup>

Im Vergleich zu den meisten chemischen Schmerzsalben ist Kytta® Schmerzsalbe

- genauso stark wirksam<sup>2</sup>
- sogar langfristig anwendbar

Haben Sie Fragen zu Kytta®?

Ihr Apotheken-Team berät Sie gern!

Besuchen Sie uns auch im Internet unter [www.kytta.de](http://www.kytta.de)

<sup>1</sup> Bei akuten Rückenschmerzen, Kniearthroseschmerzen, Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen.

<sup>2</sup> wie der chemische Wirkstoff Diclofenac.

**Kytta® Geruchsneutral./Kytta® Schmerzsalbe:** Wirkstoff: Beinwellwurzel-Fluidextrakt. Zur äußerlichen Behandlung von Schmerzen und Schwellungen bei Kniegelenksarthrose degenerativen Ursprungs; akuten Myalgien im Bereich des Rückens; Verstauchungen, Prellungen und Zerrungen nach Sport- und Unfallverletzungen. Enthält Butyl-, Ethyl-, Methyl-, 2-Methylpropyl- und Propyl-4-hydroxybenzoat (Parabene), Erdnussöl und Cetylstearylalkohol. Kytta® Schmerzsalbe enthält zudem noch Benzylbenzoat und Rosmarinöl.

**Kytta-Balsam® f.** Wirkstoffe: Beinwellwurzel-Fluidextrakt, Methylnicotinat. Bei schmerzhaften Muskel- und Gelenkbeschwerden, Prellungen, Zerrungen und Verstauchungen (nach Abklingen der akuten Phase). Zur lokalen Durchblutungsförderung. Enthält Butyl-, Ethyl-, Methyl-, 2-Methylpropyl- und Propyl- 4-hydroxybenzoat (Parabene), Erdnussöl, Cetylstearylalkohol, Benzylbenzoat, Eukalyptusöl und Rosmarinöl.

**Kytta-Plasma® f.** Wirkstoff: Beinwellwurzel-Fluidextrakt. Bei Prellungen, Zerrungen, Verstauchungen. Enthält u. a. Butyl-, Ethyl-, Methyl-, 2-Methylpropyl- und Propyl- 4-hydroxybenzoat (Parabene), Benzylbenzoat und Rosmarinöl.