

Pressemitteilung

Bruckmühl, 22.04.2026

Eisenmangel früh erkennen und sanft ausgleichen: Warum weniger oft mehr ist

Eisenmangel ist weit verbreitet - besonders bei Frauen. Viele Betroffene fühlen sich lange erschöpft, leiden unter Konzentrationsproblemen, Haarausfall oder Schwindel, ohne die Ursache zu kennen. Häufig wird Eisen jedoch erst behandelt, wenn bereits eine Blutarmut (Anämie) vorliegt. Neue Erkenntnisse zeigen: Wer früher handelt und auf die richtige Dosierung achtet, kann den Körper effektiver unterstützen.

Ein wichtiger Schlüssel liegt in der frühzeitigen Diagnose. Während der klassische Blutwert (Hämoglobin) erst spät Veränderungen zeigt, gibt der Ferritin-Wert bereits Auskunft über die Eisenspeicher im Körper. Sind diese erschöpft, kann ein Mangel bestehen - auch wenn noch keine Anämie vorliegt. Wird hier frühzeitig gegengesteuert, lassen sich Beschwerden oft vermeiden.

Entscheidend ist dabei nicht nur das „Ob“, sondern auch das „Wie“ der Eisenzufuhr. Lange galt: möglichst hoch dosieren. Heute weiß man, dass der Körper Eisen besser aufnehmen kann, wenn es in kleineren Mengen zugeführt wird. Der Grund: Ein körpereigenes Hormon reguliert die Aufnahme im Darm und bremst sie bei zu hohen Mengen. Niedrig dosiertes Eisen wird daher häufig effizienter verwertet.¹

Auch die Verträglichkeit spielt eine große Rolle. Viele Menschen reagieren auf hoch dosierte Eisenpräparate mit Magen-Darm-Beschwerden wie Übelkeit oder Verstopfung. Kleinere Mengen sind oft deutlich bekömmlicher - und erhöhen so die Wahrscheinlichkeit, dass die Einnahme regelmäßig erfolgt.^{2,3,4}

Für eine sanfte und kontinuierliche Versorgung können gut verträgliche Präparate eine sinnvolle Option sein. Flüssige Eisenpräparate wie Floradix mit Eisen liefern mit 36,8 mg Eisen in der Tagesdosis eine moderate Menge gut verfügbaren Eisens und kombinieren diese mit Vitamin C, das die Aufnahme zusätzlich unterstützt.

Der Blick auf den Eisenstoffwechsel zeigt: Früh erkennen, gezielt handeln und auf die passende Dosierung achten - so lässt sich der Körper wirksam und nachhaltig unterstützen.



Quellen:

- 1) Moretti D et al. Oral iron supplements increase hepcidin and decrease iron absorption from daily or twice-daily doses in iron-depleted young women. *Blood*. 2015;126(17):1981-1989.
- 2) Hanusch CA et al. Wirksamkeits- und Sicherheitsprofil einer Eisen-Langzeittherapie an schwangeren Frauen mit Eisenmangel. *Gyne*. 2017;5.
- 3) Rimon E et al. Are we giving too much iron? Low-dose iron therapy is effective in octogenarians. *Am J Med*. 2005;118:1142-1147.
- 4) Simic S et al. Effectiveness of low-dose iron treatment in non-anaemic iron-deficient women. *Swiss Med Wkly*. 2023;153:40079.

Über Salus

„Unsere Kraft liegt in der Natur“. Dieser Grundsatz bringt zum Ausdruck, wonach Salus seit mehr als 100 Jahren leidenschaftlich handelt: Natürliche Wege finden, gesund zu sein. Nur wenige wissen die heilenden Schätze der Natur so gut für die Menschen zu nutzen wie das Unternehmen aus dem oberbayerischen Bruckmühl.

In der perfekten Symbiose aus wertvoller Erfahrung und modernster Produktionstechnologie entwickelt Salus innovative Rezepturen, deren gesundheitlicher Nutzen wissenschaftlich belegt ist. Aus sorgfältig ausgewählten und schonend verarbeiteten Rohstoffen entstehen wohltuende Produkte in höchster Qualität, die in modernsten Laboren über die gesetzlichen Vorgaben hinaus geprüft werden. Diese Sorgfalt gilt jedem einzelnen der vielen hundert Artikel - vom Tonikum bis zum Tee, von Tropfen bis zu Tabletten. Die Naturarzneimittel erfüllen höchste pharmazeutische Standards.

Das in 4. Generation familiengeführte Unternehmen ist seit jeher eng mit der Natur verbunden. Deshalb setzen sich die rund 500 Mitarbeitenden in der gesamten Salus Gruppe leidenschaftlich dafür ein, natürliche Ressourcen zu schonen und sämtliche Bereiche der Firma klimaneutral auszurichten.

Produktinformationen

Floradix mit Eisen

Flüssigkeit zum Einnehmen

- Wirksam und gut verträglich
- Mit Vitamin C für eine gute Eisenverwertung
- Mit natürlichen Kräuterauszügen

Inhalt:	250 ml		500 ml		700 ml
UVP:	11,99 €		19,99 €		26,99 €



Floradix mit Eisen

Wirkstoff: Eisen. Anwendungsgebiet: Bei erhöhtem Eisenbedarf, wenn ein Risiko für die Entstehung eines Eisenmangels erkennbar ist. Enthält Invertzucker (Honig), Fructose und Glucose. Bitte Packungsbeilage beachten. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihre Ärztin, Ihren Arzt oder in Ihrer Apotheke.