

# Wadenkrämpfe

permanente Wadenkrämpfe  
Verdacht auf Elektrolytungleichgewicht  
(Polypharmazie)  
Schilddrüsenfunktionsstörungen  
Nierenprobleme  
Darmerkrankungen

## AM als Ursache:

Betasymphomimetika,  
Betablocker, Cholinergika/  
Acetylcholinesterasehemmer,  
Calciumantagonisten, Statine,  
Diuretika

Arzt

## Prophylaxe:

Mg

bis zu 3 x tgl. regelmäßige Einnahme

akut:

durchblutungsfördernde Externa

bei Therapieversagen:

Limptar® **Cave** Herzrhythmusstörungen  
Wechselwirkungen

Dehnungsübungen,  
magnesiumreiche Ernährung z.B. Bananen