

Sześć rzeczy, które trzeba zrobić **JUŻ TERAZ**

www.imed.guru



LAMININE IMMUNE+++ OMEGA+++ DIGESTIVE+++ LAMIDERM APEX / BUSINESS



W jelitach człowieka funkcjonuje duży i złożony ekosystem mikroorganizmów o nazwie „flora bakteryjna”, który jest połączony z żywicielem wzajemnie korzystną relacją, zwaną „symbiozą”. Bakterie w przewodzie pokarmowym oferują dostarczanie składników odżywczych żywicielowi i żywiciel korzysta z produktów metabolizmu bakterii i złożonych interakcji prowadzących do jego obrony immunologicznej i pozaimmunologicznej.¹



Oprócz bakterii będących głównymi organizmami wchodzącymi w skład ekosystemu jelitowego, istnieją również niższe formy organizmów przedbakteryjnych takich jak wirusy. Liczba gatunków i ilość bakterii pozostawały w dużej mierze niedoszacowane, aż do momentu szybkiego rozwoju biologii molekularnej do jakiego doszło w ciągu ostatnich 10 lat. Aktualnie liczba gatunków bakterii zidentyfikowanych w próbkach ludzkiego kału przekracza 1000.¹

ANTYBIOTYKI CZY PROBIOTYKI?

Normalna jelitowa flora bakteryjna u ludzi dorosłych jest stosunkowo stabilna i odporna na przejściowe działanie czynników niszczących, o ile nie jest narażona na działanie patogenów takich jak salmonella

lub e coli, których leczenie wymaga zastosowania antybiotyków lub probiotyków.¹ Najnowsze badania przeprowadzone na zwierzętach wskazują, że modulacja mikroflory jelitowej za pomocą antybiotyków lub probiotyków wywiera skutki uboczne (poza oddziaływaniem na jelita) na kręgosłup i mózg, co potwierdza teorię o funkcjonowaniu osi mikroflora: jelita-mózg. U osób cierpiących na IBS zaobserwowano tendencję do występowania bólu organów znajdujących się w jamie brzusznej (wątroby, trzustki, jelit) jak i powstawania zaburzeń psychicznych, które wydają się występować jednocześnie z dysbiozą.¹

ULŹYJ SOBIE I ZMNIJSZ BÓL BRZUCHA, WZDĘCIA I SYNDROM „NAPRĘŻONEGO BRZUCHA”

W niedawnym przeglądzie mającym na celu opracowanie przewodnika na temat roli poszczególnych probiotyków w leczeniu zaburzeń dolnego odcinka przewodu pokarmowego, autorzy wskazali na ogólne korzyści oferowane przez probiotyki, które wydają się pomagać w łagodzeniu bólów brzucha, eliminacji wzdęć i/ lub syndromu „naprężonego brzucha”. Chociaż badania są nowe w tej dziedzinie, to wyniki uzyskane na zwierzętach i w niektórych przypadkach na ludziach wskazują, że probiotyki mogą pomóc: 1) w modulacji wrażliwości trzewnej oraz 2) we wzmocnieniu funkcji bariery jelitowej i odporności.¹

ODNOWA I STABILIZACJA JELIT

DIGESTIVE⁺⁺⁺ zawiera probiotyk pochodzący z zarodników używany w Indiach od dziesięcioleci do złagodzenia biegunki u małych dzieci i podrażnienia przewodu pokarmowego u dorosłych. Jeśli masz wrażliwe jelita, spróbuj stosować jedną kapsułkę DIGESTIVE⁺⁺⁺ dziennie lub raz na 2 dni do momentu, dopóki twój organizm nie dostosuje się do obecności nowej flory bakteryjnej. DIGESTIVE⁺⁺⁺ jest również zalecany jako środek do przywrócenia i stabilizacji funkcji i zdrowia przewodu pokarmowego. Enzymy zawarte w preparacie DIGESTIVE⁺⁺⁺ rozkładają cząstki pokarmu do najmniejszej wielkości w celu ułatwienia ich trawienia i wchłaniania w układzie pokarmowym. To z kolei pomaga utworzyć dobre warunki dla flory bakteryjnej.



POPRAW TRAWIENIE I DIETĘ

1. W przypadku wystąpienia syndromu wrażliwego układu pokarmowego, spróbuj wyeliminować pokarmy, które zakłócają trawienie, takie jak potrawy ostre, pikantne i smażone.
2. Przeżuwaj jedzenie dokładnie, dzięki czemu początkowe procesy trawienne rozpoczną się już w jamie ustnej. Będziesz lepiej czuł smak potraw i jedzenie stanie się większą przyjemnością.
3. Zamiast jeść na szybko, zaplanuj kilka posiłków w tygodniu, podczas których będziesz mógł usiąść z rodziną lub przyjaciółmi przy ładnie udekorowanym stole. Ten nawyk zapewnia komunikację, przyjemność i relaks. Jedzenie bez pośpiechu pomaga zachować spokój przewodu pokarmowego i ułatwia trawienie.
4. Wybieraj starannie przekąski wzmacniające. Raczej wybierz owoce, nasiona, orzechy lub koktajl zamiast chipsów i frytek.
5. Znajdź przepisy na zdrowe zupy, buliony i kreatywne sałatki lub dania z warzyw. Te pokarmy są bogate w antyoksydanty i błonnik, które są bardzo korzystne dla przewodu pokarmowego.
6. Włącz DIGESTIVE⁺⁺⁺ do swojej codziennej diety. Nawet jeśli nie odczuwasz zakłóceń w pracy jelit, to probiotyki, prebiotyki i enzymy trawienne obecne w DIGESTIVE⁺⁺⁺, gdy znajdą się Twoim organizmie, pomogą w utrzymaniu optymalnego stanu zdrowia całego ciała.



www.imed.guru



LAMININE IMMUNE⁺⁺⁺ OMEGA⁺⁺⁺ DIGESTIVE⁺⁺⁺ LAMIDERM APEX / BUSINESS

Te informacje nie zostały zweryfikowane przez Agencję USA ds Żywności i Leków (FDA). Produkt ten nie jest przeznaczony do diagnozowania, leczenia, terapii ani zapobiegania jakiegokolwiek chorobie.

ŹRÓDŁA

1. Theodorou V, Belgnaoui AA, Agostini S, Eutamene H. Wpływ komensali i probiotyków na wrażliwość i ból trzewny w zespole jelita drażliwego. Bakterie jelitowe 5:3; Maj/ czerwiec 2014.