

PSYLLIUM PLATINUM:

vlozaadhulzen in combinatie met pre- en probiotica voor een vlotte, zachte stoelgang en gezonde darmflora

Voor een goede gezondheid is niet alleen een regelmatige stoelgang essentieel, ook het interne darmmilieu of de darmflora moet in een optimale conditie verkeren. Helaas loopt het op beide terreinen vaak mank bij de westerse mens door zaken zoals een zittende levensstijl, een vezelarme en suikerrijke voeding, stress en medicijngebruik. Met PSYLLIUM PLATINUM van Mannavital bestaat hiervoor nu een natuurlijk voedingssupplement dat de interessantste voedingsvezels (uit psyllium of blond vlozaad) combineert met wetenschappelijk onderzochte prebiotica (BENEØ®) en - probiotica (Lactobacillus acidophilus La-14). Interessant is het feit dat PSYLLIUM PLATINUM ook kan ingezet worden voor het beter beheersen van het lichaamsgewicht, cholesterol-, triglyceriden- en glucosespiegel, alsook bij geprikkelde darmvliezen en bij diarree.



Actieve ingrediënten per 100 g:

- 80 g **blonde psyllium** (blond vlozaad of ispaghula; *Plantago ovata*): zeer fijn gemalen zaadhulzen voor het grootst mogelijke absorptievermogen
- 18,75 g **korte keten fructo-oligosacchariden of FOS of oligofructose (Beneo®)**, geëxtraheerd uit de cichoreiwortel: **prebiotica** als voedingsbodem voor de goede darmflora (vnml bifidobacteriën)
- 0,25 g of minimum 50 miljard **levensvatbare humane darmflorabacteriën** of **probiotica** van de wetenschappelijk onderzochte stam **Lactobacillus acidophilus La-14** (voert per dagdosis minimum 10 miljard levensvatbare bacteriën aan)
- **vrij van lactose, soja, tarwe, noten, gluten, ...**

Gebruik: 2 maal per dag een opgehoopte eetlepel (10 g) roeren door een glas water, vruchtensap of groentesap en opdrinken. Bij voorkeur daarna nog een glas water drinken. Bij gewenst effect volstaat één opgehoopte eetlepel per dag of twee maal een halve eetlepel.

Belangrijkste eigenschappen en indicaties van PSYLLIUM PLATINUM:

<i>Eigenschappen</i>	<i>Potentiële indicaties</i>
<p>Bulkvormend, niet-prikkelend laxeermiddel dat tevens de consistentie v.d. stoelgang verzacht:</p> <ul style="list-style-type: none"> • psylliumzaadhulzen zwellen sterk door tot 40 x hun gewicht aan vocht op te nemen; deze volumineuze gel stimuleert op mechanische wijze de darmpéristaltiek, verzacht de consistentie v.d. stoelgang en verhoogt het glijvermogen v.d. darminhoud • de voor de mens onverteerbare prebiotica (FOS) en psylliumzaadhulzen zijn een goede voedingsbodem voor de darmflora, die ook de darmpéristaltiek bevordert • Lactobacillus acidophilus La-14 voert rechtstreeks goede darmflorabacteriën aan die de darmpéristaltiek bevorderen 	<p>Chronische constipatie (verstopping) dr o.a. zittende levenswijze, stress, suikerrijke en vezelarme voeding, zwangerschap; maximaal laxerend effect wordt meestal verkregen vanaf 2 à 3 dagen na begin inname</p> <p>Te harde stoelgang: aangewezen als een zachte stoelgang vereist is zoals tijdens de zwangerschap, bij hemorroïden (Aambeien), Fissura ani (Anaalfissuren, anale kloven), Diverticulose (Darmwanduitstulpingen), Postoperatief na chirurgie aan anus of rectum</p> <p>Hemorrhöiden (Aambeien): minder opzetting en neiging tot bloeden; wel voldoende lang in te nemen (meer dan één maand)</p> <p>Spastisch colon (Prikkelbare darm, IBS) met factor constipatie</p> <p>Constipatie gepaard gaand met chronische diverticulose (divertikels), ulcus duodeni (maagzweer)...</p> <p>Darmreiniging, Vervuilde darmen</p>
<p>Lactobacillus acidophilus La-14 is een wetenschappelijk onderzochte darmflorastam waarvan stabiliteit, overlevingsduur en implantatie in de darmflora is aangetoond^{1,2}; alsook een immuuniteitsbevorderend effect^{3,4} en een remmend effect op diarree in dierenproeven⁵</p>	<p>Dysbiose (Verstoorde darmflora) door: slechte voeding, suiker, stress, reizen, ouderdom, medicijngebruik (antibiotica!)</p> <p>Candida-overbelasting in de darm</p> <p>Preventie van diarree, o.a. voor en tijdens reizen</p>

De korte keten fructo-oligosacchariden hebben als “prebiotica” een bewezen gunstig effect op de darmflora (vnml. de bifidobacteriën); helpen ook preventief beschermen tegen diarree	Zwakke weerstand door verstoorde darmflora Spijverteringsstoornissen zoals winderigheid, opgeblazen gevoel Voedingsintoleranties, ontstekingsziekten van de darm (Enteritis, Colitis, Colitis ulcerosa, Ziekte van Crohn), ondersteuning bij -
Bevordert het verzadigingsgevoel, hongerremmend (voor maaltijd met voldoende water innemen): de zaadhulzen binden vocht in de maag wat zorgt voor sneller verzadiging FOS en Lactobacillus LA-14 verbeteren de verstoorde darmflora bij overgewicht FOS verhogen het verzadigingsgevoel	Obesitas (Overgewicht): Eetlustremmer/ hongerstiller bij afslankkuren + vermindert tevens de glucosepieken die leiden tot vetopslag
Hypoglycemiërend (Verlaagt de bloedsuikerspiegel: minder pieken): ingenomen bij een maaltijd, binden de vlozaadhulzen koolhydraten, waardoor deze minder snel verteerd worden in de darm FOS dragen bij tot een betere glucosespiegel	Diabetes, vnml. type 2: vermindert Postprandiale hyperglycemie (Te sterk stijgende bloedsuikerspiegel na de maaltijd), verbetert de glucosetolerantie met minder behoefte aan insuline
Hypolipemiërend: Cholesterolverlagend en triglyceridenverlagend: psylliumvezels zijn de meest cholesterolverlagende vezels, (meer dan lijnzaad en haverzemelen) door met de door gal afgescheiden cholesterol onabsorbeerbare complexen te vormen deze via de stoelgang af te voeren; ook pre- en probiotica verlagen de vetpiegels	Hyperlipemie: Hypercholesterolemie (Verhoogd cholesterolgehalte): vooral daling van het LDL-cholesterol; Hypertriglyceridemie (Te hoge lipidengehalte) Atherosclerose, hart- en vaatziekten, preventie van – en ondersteuning bij -
Anti-diarrheicum, Absorbens: bindt vocht en toxines bij diarree waardoor aanmaak van een soliedere darminhoud bij diarree; verhoogt zo de transitduur en vermindert de stoelgangsfrequentie Lactobacillus acidophilus La-14 remt diarree in dierenproeven ⁵	Diarree, dysenterie door diverse oorzaken Faecale incontinentie (stoelgangsverlies) Te losse stoelgang bij colostomie (stoma)
Demulcens/Mucilaginosum: verzacht en beschermt geïrriteerde slijmvliezen van maag (de zaadhulzen dan wel op voorhand te weken !) en darmen	Ondersteuning bij maagzweer, Pyrosis (Zure oprispingen), Enteritis (Darmslijmvliesontsteking), Colitis (Dikke darmontsteking), Colitis ulcerosa (om in remissie te blijven), Ziekte van Crohn

Hoe PSYLLIUM PLATINUM combineren voor meer succes:

- af te wisselen met DARMOTON (dat met kokosvezels ook ruwvezels aanbrengt zonder gluten of fytinezuur) - tenzij bij een te gevoelige, overprikkeld darm
- met CURCUMA PLATINUM en/of KYOLIC PLATINUM bij aambeien
- met KYO DOPHILUS ONE PER DAY en/of MAGNESIUM PLATINUM en/of CALMITON en/of CURCUMA PLATINUM bij prikkelbare darm (spastisch colon, IBS)
- met DIGEST ENZYME voor een betere darmreiniging, bij spijsverteringsstoornissen zoals winderigheid en opgeblazen gevoel, bij voedingsintoleranties
- met KYO DOPHILUS ONE PER DAY bij een verstoorde darmflora, na antibioticakuur, bij Candidabelasting van de darm, bij, na en ter preventie van diarree
- met KYO GREEN en/of CHLORELLA PLATINUM en/of CURCUMA PLATINUM in reinigingskuren
- met CURCUMA PLATINUM en/of KYO DOPHILUS ONE PER DAY en/of KYO GREEN en/of CHLORELLA PLATINUM bij ontstekingsziekten van de darm (Crohn, Colitis ulcerosa)
- met RED YEAST RICE PLATINUM + Co-enzym Q10 bij te hoge cholesterol- en triglyceridenspiegel
- met DIEBACINN EXTRA bij diabetes type 2

1. J Chromatogr B Analyt Technol Biomed Life Sci. 854: 350-356.

2. J Appl Microbiol. 103: 1600-1609.

3. FEMS Immunol Med Microbiol. 38: 165-172.

4. FEMS Immunol Med Microbiol. 53: 107-113

5. Effects of spent culture supernatant of Lactobacillus acidophilus on intestinal flora in mice with antibiotic-associated diarrhoea. WJG 14: 1870-1873.