

Suplement diety

Vivomixx®

(De Simone Formulation)

8 szczepów liofilizowanych, żywych kultur bakterii probiotycznych:

Streptococcus thermophilus DSM24731®, *Bifidobacterium longum* DSM24736®, *Bifidobacterium breve* DSM24732®, *Bifidobacterium infantis* DSM24737®, *Lactobacillus acidophilus* DSM24735®, *Lactobacillus plantarum* DSM24730®, *Lactobacillus paracasei* DSM24733®, *Lactobacillus delbrueckii ssp. bulgaricus* DSM24734®.



112 miliardów
(1,12 x 10¹¹ jtk.)
dobroczynnych bakterii
w 1 kapsułce



250 miliardów
(2,5 x 10¹¹ jtk.)
dobroczynnych bakterii
w 1 saszetce



450 miliardów
(4,5 x 10¹¹ jtk.)
dobroczynnych bakterii
w 1 saszetce

OD 03.2020
**NOWE
OPAKOWANIA**

PHARMABEST

ul. Rumiana 31A, 02-956 Warszawa
tel. +48 22 404 94 10

www.pharmabest.pl | www.vivomixx.eu

Co to jest mikrobiota?

W przewodzie pokarmowym człowieka znajduje się bardzo duża ilość różnorodnych mikroorganizmów. Dominują wśród nich bakterie, tworząc mikrobiotę jelit. Jest to złożony system, ważny w funkcjonowaniu organizmu człowieka. Mikrobiota decyduje o dobrym działaniu wielu narządów i układów: pokarmowego, immunologicznego, nerwowego oraz wpływa na metabolizm ogólnoustrojowy. Skuteczną bronią w ochronie i odbudowie mikrobioty są probiotyki.

Jaki jest wpływ mikrobioty na działanie układu pokarmowego?

Mikrobiota wspiera pracę przewodu pokarmowego: reguluje perystaltykę jelit, wpływa na trawienie i przyswajanie składników odżywczych, bierze udział w wytwarzaniu witamin z grupy B i K. Mikrobiota wpływa na metabolizm kwasów żółciowych oraz prawidłowość procesów fermentacyjnych zachodzących w jelicie grubym, wspiera procesy detoksykacji.

Jaki jest wpływ mikrobioty na układ immunologiczny?

Nasze jelita to główny organ układu immunologicznego. Znaczna część funkcji tego układu i około 70% komórek odpornościowych znajduje się w przewodzie pokarmowym. Niezaburzona komunikacja między nimi a mikrobiotą zapewnia równowagę i siłę odpowiedzi immunologicznej. O skuteczności zabezpieczającej organizm przed przenikaniem drobnoustrojów chorobotwórczych decyduje szczelność bariery jelitowej. Tworzy ją różnorodna i liczebna mikrobiota, zintegrowana z warstwą śluzu chroniącego warstwę enterocytów połączonych wiązaniami międzykomórkowymi zapewniającymi ciągłość tej złożonej struktury. Niezaburzona bariera jelit jest warunkiem odporności organizmu na infekcje i ochrony przed rozwojem chorób o podłożu nieinfekcyjnym.

Jaki jest wpływ mikrobioty na układ nerwowy?

Jelita to także główny organ układu nerwowego. Komórki nabłonka jelit otacza ogromna liczba ponad 100 mln neuronów. To tutaj mikrobiota jelitowa wywiera wpływ na sygnalizację w tzw. osi jelita – mózg. Badania potwierdzają: aż 95% serotoniny pochodzi z jelita, a prawidłowa ilość tego neuroprzekaźnika ma ogromne znaczenie dla naszego dobrostanu psychicznego. Warto nadmienić, że zwiększa się liczba opracowań naukowych potwierdzających rolę prawidłowego funkcjonowania jelit i bariery jelitowej w patogenezie zaburzeń ze spektrum autyzmu (ASD).

Jak mikrobiota wpływa na metabolizm?

Mikrobiota jelitowa, bardziej zróżnicowana u dzieci niż u osób starszych, osiąga w wieku dojrzałym liczebność około 1000 gatunków dobroczynnych bakterii i ponad 1×10^{11} komórek bakterii. Tworzy aktywny kompleks metaboliczny enzymów zdolnych do trawienia np. błonników roślinnych, odpowiada za syntezę krótkołańcuchowych kwasów tłuszczowych czy wchłanianie wapnia. Mikrobiota to warunek prawidłowego metabolizmu kwasów żółciowych, bilirubiny i cholesterolu.

Z badań ostatnich lat wynika, że skład i funkcjonowanie mikrobioty jelit zależy od wielu czynników np.: od rodzaju porodu, odżywiania, wieku, stopnia ekspozycji na szkodliwe czynniki otaczającego nas środowiska, stylu pracy i życia czy nadmiernej higienizacji środowiska.

Co to jest dysbioza?

Dysbioza to zaburzenie ilości, składu i funkcji mikrobioty jelitowej. Dysbiozę obserwuje się w przypadku wielu chorób cywilizacyjnych m.in.: otyłości, alergii, nieswoistych chorób zapalnych jelit, zespołu jelita drażliwego, chorób autoimmunologicznych.

Od czego zależy skład i funkcjonowanie mikrobioty?

W oparciu o zaawansowane techniki laboratoryjne możemy oceniać funkcjonowanie bariery i biocenozy jelit. W razie potrzeby możemy też zapobiegać zaburzeniom mikrobioty, odtwarzając różnorodność i liczebność pożytecznych bakterii.

Co to są probiotyki?

Probiotyki to według Światowej Organizacji Zdrowia (*World Health Organization*, WHO) żywe mikroorganizmy, które podane w odpowiedniej ilości wywierają korzystne efekty zdrowotne. Do najczęściej stosowanych należą bakterie z rodzaju *Lactobacillus* i *Bifidobacterium*. Probiotyki chronią nas przed drobnoustrojami chorobotwórczymi, wytwarzając liczne substancje przeciwdrobnoustrojowe m.in.: kwas octowy i mlekowy, amoniak, nadtlenek wodoru czy bakteriocyny. Probiotyki wypierają ze środowiska drobnoustroje chorobotwórcze – skutecznie współzawodniczą z nimi o receptory adhezyjne nabłonka jelitowego i substancje odżywcze. Probiotyki zasiedlają jelita i wspomagają kształtowanie „zdrowego” mikrobiomu jako ważnego elementu stabilnej bariery jelitowej.

Czy możemy zadbać o prawidłowy stan mikrobioty?

Probiotyki suplementowane zgodnie z udokumentowaną klinicznie skutecznością działania zawartych w nich szczepów, produkowane z zachowaniem wysokich standardów wytwarzania, stanowią dobre i skuteczne postępowanie dietetyczne wspierające organizm człowieka w walce z chorobami XXI wieku.

Co znaczy, że probiotyki są szczepozależne?

Właściwości probiotyków są szczepozależne, to znaczy wywierają konkretny efekt w zależności od użytego w suplementacji szczepu. Prawidłowo opisana nazwa szczepu probiotycznego składa się z 3 części: np. *Streptococcus* (rodzaj) *thermophilus* (gatunek) DSM24731® (szczep) lub *Streptococcus* (rodzaj) *thermophilus* (gatunek) BT01 (szczep). Są to 2 różne szczepy, co oznacza, że nie można im przypisać takiego samego działania, co wyjaśnia definicję szczepozależności. Jeśli na oznakowaniu probiotyku podana jest jedynie 2-członowa nazwa (bez określonego szczepu) np. *Streptococcus thermophilus* – to dowiadujemy się jedynie, że w produkcie została wykorzystana bakteria, ale nie wiadomo dokładnie jaka oraz jakie ma działanie.

Dlaczego szczep bądź kompozycja szczepów różni się skutecznością działania?

Suplementacja probiotyczna powinna być celowana. Konkretny szczep (lub kompozycja szczepów probiotycznych) powinien być stosowany w ściśle określonym celu. Probiotyk sprawdzony w chorobach zapalnych jelit, niekoniecznie zadziała w bieguncie. Warto zatem czytać zalecenia producenta, słuchać rady lekarza bądź farmaceuty, by dobrze dopasować preparat do zakładanego celu suplementacji.

Czy probiotyki powinny być poddawane ocenie klinicznej?

Warto wybierać probiotyki, które były przedmiotem dobrze zaprojektowanych, kontrolowanych badań skuteczności suplementacji. Wyniki tych badań są publikowane i dostępne m.in. w Internecie. Taka ocena skuteczności probiotyków wiąże się z ich szczepozależnością, o której mowa powyżej. Dzięki wnioskowi i obserwacjom dowiadujemy się czy suplementacja danym preparatem przyniesie korzystny efekt w konkretnej sytuacji, np. skojarzona z postępowaniem w chorobach zapalnych jelit.

Czym różnią się probiotyki wieloszczepowe od monoszczepowych?

Kompozycja kilku szczepów probiotycznych może lepiej odwzorowywać mikrobiotę jelit i wykazywać synergię. Probiotyki monoszczepowe zaś częściej są stosowane w lekkich dolegliwościach i przez krótszy okres czasu, np. w bieguncie. Jeśli mamy do czynienia z probiotykiem wieloszczepowym, każdy szczep musi być także opisany 3-członową nazwą!

Co to jest suplement diety?

Suplement diety to środek spożywczy, którego celem jest uzupełnienie normalnej diety, będący skoncentrowanym źródłem witamin lub składników mineralnych lub innych pojedynczych lub złożonych substancji wykazujących efekt odżywczy lub inny fizjologiczny, wprowadzany do obrotu w formie umożliwiającej porcjowanie.

Ile bakterii znajduje się w produktach Vivomixx® Saszetki i Kapsułki?

1 saszetka zawiera 450 miliardów jtk. lub 225 miliardów jtk. bakterii probiotycznych a 1 kapsułka zawiera 112 miliardów jtk. bakterii probiotycznych.

Co to jest De Simone Formulation?

De Simone Formulation to Oryginalna Formuła Profesora De Simone – mieszanina 8 szczepów bakterii probiotycznych zawarta w każdym produkcie marki Vivomixx®. Szczepy te zostały wybrane nie tylko ze względu na ich indywidualną specyficzną charakterystykę, ale także na ich synergię (współpracę w działaniu biologicznym). Ich wspólne działanie daje lepsze rezultaty, których pojedyncze szczepy lub inne kombinacje szczepów nie mogą wykazać.

W jakim celu stosować suplement diety Vivomixx® Saszetki i Kapsułki?

Vivomixx® Saszetki i Kapsułki różnią się od innych produktów probiotycznych przede wszystkim zawartością oraz różnorodnością i ilością szczepów bakterii probiotycznych. Mają najwyższe dostępne stężenia dobroczynnych bakterii (450 miliardów jtk. lub 225 miliardów jtk. w 1 saszetce i 112 miliardów jtk. w 1 kapsułce). Należy je stosować do suplementacji we wszystkich sytuacjach, w których występują zaburzenia ze strony układu pokarmowego związane z zachwianiem równowagi mikroflory jelit, zwanych dysbiozą.

Jak należy przechowywać Vivomixx® Saszetki i Kapsułki?

Vivomixx® Saszetki i Kapsułki zawierają bakterie probiotyczne, które są wrażliwe na ciepło. Nie należy narażać produktów na bezpośrednie działanie źródeł ciepła. **Vivomixx® Saszetki i Kapsułki** należy przechowywać w lodówce (2-8°C). Jeśli zachodzi taka konieczność, dopuszcza się przechowywanie produktów w temperaturze poniżej 25°C przez maksymalnie 7 dni bez negatywnego wpływu na zawartość. Produkty powinny być przechowywane w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Jak działają Vivomixx® Saszetki i Kapsułki?

Niektóre zaburzenia układu pokarmowego mogą być wywołane przez lub związane z przerostem lub przewagą chorobotwórczych bakterii w przewodzie pokarmowym. **Vivomixx® Saszetki i Kapsułki** dostarczają znaczących ilości dobroczynnych bakterii do naszego organizmu, które po określonym czasie przyjmowania zaczynają dominować w przewodzie pokarmowym. Dzięki temu przyczyniają się do zminimalizowania szkód lub problemów spowodowanych przez patogenne bakterie.

Jaką porcję Vivomixx® Saszetek lub Kapsułek należy przyjmować?

Zazwyczaj stosuje się 1-2 saszetki lub 1-4 kapsułki na dobę. Zalecana dzienna porcja do spożycia jest jednak zazwyczaj inna dla każdego. Porcja preparatu zależy od aktualnego stanu zdrowia. Bardzo istotne, aby na początku doprowadzić do efektywnej kolonizacji stosując produkt zgodnie z zaleceniami, następnie w niektórych sytuacjach można indywidualnie zmniejszyć dobową ilość. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości należy skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą.

Jak długo można przyjmować Vivomixx® Saszetki i Kapsułki?

Vivomixx® saszetki i kapsułki mogą być przyjmowane codziennie, przez tak długi okres, jak sobie Państwo tego życzą, ponieważ nie ma żadnych przeciwwskazań ani efektów ubocznych.

Jaka jest najlepsza pora dnia na przyjmowanie Vivomixx® Saszetek i Kapsułek?

Vivomixx® Saszetki i Kapsułki mogą być przyjmowane o dowolnej porze dnia – w zależności od osobistych preferencji.

Czy można stosować Vivomixx® Saszetki i Kapsułki w trakcie antybiotykoterapii?

Uważa się, że suplementy diety **Vivomixx® Saszetki i Kapsułki** są

zgodne ze wszystkimi rodzajami leków. W przypadku przyjmowania **Vivomixx® Saszetek i Kapsułek** z antybiotykami produkty nie przyniosą szkody, ale ich działanie będzie ograniczone, ponieważ antybiotyki mogą dezaktywować dobroczynne bakterie zawarte w **Vivomixx® Saszetkach i Kapsułkach**.

Jak przyjmować Vivomixx® Saszetki i Kapsułki?

Zawartość saszetki należy rozpuścić w chłodnej wodzie lub innym chłodnym płynie (mleko, sok, jogurt) i spożyć bezpośrednio po przygotowaniu. Kapsułkę należy połknąć i popić chłodną wodą lub innym chłodnym płynem (jak wyżej); kapsułkę można także otworzyć, a jej zawartość przyjąć bezpośrednio lub rozpuścić w chłodnym płynie (jak wyżej) i spożyć. Zawartości saszetki i kapsułki nie należy rozpuszczać w płynach gorących ani gazowanych.

Czy Vivomixx® Saszetki i Kapsułki są bezpieczne dla dzieci i dorosłych?

Probiotyki mają bardzo długą historię stosowania, spożywane były od wieków ze względu na ich korzystne oddziaływanie na przewód pokarmowy pod postacią fermentowanych produktów spożywczych. Szczepy obecne w **Vivomixx® Saszetkach i Kapsułkach** są niepatogenne i posiadają certyfikat GRAS (USA) i QPS (EU). W badaniach klinicznych, również z udziałem dzieci, nie zgłoszono jakichkolwiek działań niepożądanych.

Czy Vivomixx® Saszetki i Kapsułki są bezpieczne w czasie ciąży?

Probiotyki mogą być stosowane w czasie ciąży. Jednak zalecamy skonsultowanie przyjmowania **Vivomixx® Saszetek i Kapsułek** z lekarzem prowadzącym lub farmaceutą.

Czy można spożyć nadmierną ilość Vivomixx® Saszetek i Kapsułek?

Do chwili obecnej nie zgłoszono takich przypadków. Dostępne badania dowiodły, że **Vivomixx® Saszetki i Kapsułki** nie wykazują istotnych działań niepożądanych związanych z ich suplementacją. Szczepy bakterii kwasu mlekowego zawarte w **Vivomixx® Saszetkach i Kapsułkach** stanowią część naturalnej mikroflory bakteryjnej ludzkich jelit. Jedynie niewielka liczba pacjentów przyjmujących **Vivomixx® Saszetki i Kapsułki** odnotowała gazy lub wzdęcia w czasie stosowania.

Czy Vivomixx® Saszetki i Kapsułki posiadają Certyfikat Koszerności i Certyfikat Halal?

Tak, **Vivomixx® Saszetki i Kapsułki** posiadają Certyfikat Koszerności i Certyfikat Halal.

Czy produkty Vivomixx® Saszetki i Kapsułki są bezglutenowe?

Produkty **Vivomixx® Saszetki i Kapsułki** są bezglutenowe.

Czy Vivomixx® Saszetki i Kapsułki zawierają alergeny?

Vivomixx® Saszetki i Kapsułki nie zawierają glutenu, laktozy, soi. Produkt został wytworzony z udziałem pochodnych mleka. Nie stosować w przypadku uczulenia na którykolwiek ze składników produktu.

Inne postacie: Vivomixx® Mikrokapsułki 10, Vivomixx® Krople 5ml, Vivomixx® Krople 2x5ml.

Wyprodukowano we Włoszech. Liofilizat kultur bakteryjnych pochodzi z USA Inc.