

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®.



10 miliardów

(10 x 10⁹ jtk.)

dobroczynnych bakterii
w 1 mikrokapsułce

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.

ści. 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 wnioskom 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 synergję. 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.

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 synergję (współpracę w działaniu biologicznym). Ich wspólne działanie daje lepsze rezultaty, których pojedyncze szczepy lub inne kombinacje szczepów nie mogą wykazać.

Ile bakterii znajduje się w produkcie Vivomixx®

Mikrokapsułki?

1 kapsułka zawiera 10 miliardów jtk. bakterii probiotycznych.

Jak należy przechowywać Vivomixx® Mikrokapsułki?

W opakowaniach **Vivomixx® Mikrokapsułki** zastosowano innowacyjną technologię **Activ-Vial™** z dodatkową warstwą osuszającą. **Activ-Vial™** chroni zawartość opakowania przed dostępem wilgoci. **Activ-Vial™** przechowuje się poza lodówką, zapewniając stabilność probiotyku w **temperaturze do 25°C**. Dzięki temu bakterie pozostają aktywne, namnażają się i kolonizują jelita. Fiolki **Activ-Vial™** mają zintegrowaną pokrywę, którą otwiera się bardzo łatwo i której nie da się zgubić. Produkty powinny być przechowywane w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Jak działa Vivomixx® Mikrokapsułki?

Niektóre zaburzenia układu pokarmowego mogą być wywołane przez lub związane z przerostem lub przewagą chorobotwórczych bakterii w przewodzie pokarmowym. **Vivomixx® Mikrokapsułki** dostarcza dobroczynne bakterie do naszego organizmu, które po określonym czasie suplementacji zaczynają dominować w przewodzie pokarmowym. Dzięki temu może przyczynić się do utrzymania równowagi w organizmie.

Jaką porcję Vivomixx® Mikrokapsułek powinienem przyjmować?

Zazwyczaj stosuje się 1-4 mikrokapsułki 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 mogę przyjmować Vivomixx® Mikrokapsułki?

Vivomixx® mikrokapsułki może być przyjmowany 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® Mikrokapsułek?

Vivomixx® mikrokapsułki może być przyjmowany o dowolnej porze dnia – w zależności od osobistych preferencji.

Czy można stosować Vivomixx® Mikrokapsułki w trakcie antybiotykoterapii?

Uważa się, że suplement diety **Vivomixx® Mikrokapsułki** jest zgodny ze wszystkimi rodzajami leków. W przypadku przyjmowania **Vivomixx® Mikrokapsułek** z antybiotykami produkt nie przyniesie

szkody, ale jego działanie będzie ograniczone, ponieważ antybiotyki mogą dezaktywować dobroczynne bakterie zawarte w **Vivomixx® Mikro kapsułkach**.

Jak przyjmować Vivomixx® Mikro kapsułki?

U dzieci powyżej 3 lat i osób dorosłych: kapsułkę należy połączyć i popić letnią wodą lub innym letnim płynem (mleko, sok, jogurt). Kapsułkę można także otworzyć, a jej zawartość spożyć bezpośrednio lub po rozpuszczeniu w letnim płynie. Zawartości kapsułki nie należy rozpuszczać w płynach gorących ani gazowanych.

Czy Vivomixx® Mikro kapsułki jest bezpieczny 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® Mikro 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® Mikro kapsułki jest bezpieczny w czasie ciąży?

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

Czy można spożyć nadmierną ilość Vivomixx® Mikro kapsułek?

Do chwili obecnej nie zgłoszono takich przypadków. Dostępne badania dowiodły, że **Vivomixx® Mikro kapsułki** nie wykazuje istotnych działań niepożądanych związanych z jego suplementacją. Szczepy bakterii kwasu mlekowego zawarte w **Vivomixx® Mikro kapsułkach** stanowią część naturalnej mikroflory bakteryjnej ludzkich jelit. Jedynie niewielka liczba pacjentów przyjmujących **Vivomixx® Mikro kapsułki** odnotowała gazy lub wzdęcia w czasie stosowania.

Czy Vivomixx® Mikro kapsułki posiada Certyfikat Koszerności i Certyfikat Halal?

Tak, **Vivomixx® Mikro kapsułki** posiada Certyfikat Koszerności i Certyfikat Halal.

Czy produkt Vivomixx® Mikro kapsułki jest bezglutenowy?

Produkt **Vivomixx® Mikro kapsułki** jest bezglutenowy.

Czy Vivomixx® Mikro kapsułki zawiera alergeny?

Vivomixx® Mikro kapsułki nie zawiera glutenu, laktozy, soi. Produkt został wytworzony z udziałem pochodnych mleka. Nie stosować w przypadku uczulenia na którykolwiek ze składników produktu.

Inne postacie: Vivomixx® Saszetki 450, Vivomixx® Saszetki 225, Vivomixx® Kapsułki 112, Vivomixx® Krople 5 ml, Vivomixx® Krople 2x5 ml.