

## Czy Laktoferyna jest bezpieczna w czasie ciąży?

Nie istnieją przeciwwskazania do stosowania laktoferyny w czasie ciąży. Jednak zalecamy skonsultowanie przyjmowania Laktoferyny z lekarzem prowadzącym lub farmaceutą.

## Czy Laktoferynę mogą stosować niemowlęta?

Produkt Laktoferyna jest odpowiedni do stosowania przez niemowlęta, dzieci i dorosłych, w tym osoby starsze.

## Czy Laktoferyna jest bezpieczna dla dzieci?

Część badań z zastosowaniem laktoferyny przeprowadzono z udziałem dzieci, w tym wcześniaków i w żadnym z nich nie zgłoszono jakichkolwiek działań niepożądanych. Laktoferyna jako składnik żywności otrzymała certyfikat GRAS (ang. *generally recognized as safe*, czyli substancja ogólnie uznana za bezpieczną) nadany przez FDA (ang. *Food and Drug Administration* – Amerykańską Agencję ds. Żywności i Leków).

## Czy mogę stosować Laktoferynę przyjmując inne produkty lecznicze lub suplementy diety?

Uważa się, że Laktoferyna jest zgodna ze wszystkimi rodzajami leków. W przypadku przyjmowania Laktoferyny z innymi lekami lub suplementami diety produkt nie przyniesie szkody i jego działanie nie powinno być w żaden sposób ograniczone.

## Co powinienem zrobić, jeśli czuję się gorzej przyjmując Laktoferynę?

W bardzo rzadkich przypadkach niektóre osoby mogą nie tolerować laktoferyny i mogą czuć się gorzej po przyjęciu produktu. W takim przypadku należy zmniejszyć ilość przyjmowanego produktu lub zaprzestać jego przyjmowania i skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą. Objawy mogą, ale nie muszą, być związane z przyjmowaniem Laktoferyny.

## Czy powinienem unikać niektórych potraw w czasie przyjmowania Laktoferyny?

Nie, Laktoferyna jest zgodna z wszelkimi normalnie spożywanymi potrawami.

## Jak należy przechowywać Laktoferynę?

Laktoferynę w postaci saszetek, kapsułek oraz kropli należy przechowywać w temperaturze pokojowej (poniżej 25°C).

## Czy mogę przyjmować Laktoferynę, jeśli nie toleruję nabiału?

Laktoferyna jest białkiem serwatkowym pochodzącym z mleka krowiego. Jak wiemy, w mleku krowim za alergię (nietolerancję) odpowiedzialne są białka i cukry. Szczególnie te o rozbudowanej budowie, takie jak kazeina (białko) czy laktoza (cukier). Problem polega na braku możliwości trawienia tych dużych cząsteczek. Laktoferyna jest białkiem, ale jej wielkość ok. 70-80 kD (kilo Daltonów) jest niewielka w porównaniu np. z kazeiną. Dzięki takiej budowie ryzyko, że laktoferyna wywoła reakcję nietolerancji pokarmowej na nabiał jest raczej niewielkie. Poza tym istnieją doniesienia naukowe, w których badano stymulację w warunkach „in vitro” wydzielania laktazy (enzymu trawiącego laktozę) przez laktoferynę. W razie jakichkolwiek wątpliwości zalecamy konsultację z lekarzem prowadzącym lub farmaceutą.



**Suplement diety Laktoferyna – 100 mg** czystej naturalnej laktoferyny z mleka krowiego w porcji, do wyboru w postaci **saszetek, kapsułek i kropli.**

**Zalecana dzienna porcja do spożycia:**  
**Niemowlęta i dzieci:** 100 mg. **Dorośli:** 200 mg.

Pharmabest sp. z o.o.  
ul. Rumiana 31A  
02-956 Warszawa  
tel. +48 22 404 94 10  
[www.pharmabest.pl](http://www.pharmabest.pl)

 PHARMABEST

# Laktoferyna

Naturalne wsparcie odporności



- Wspiera odporność – już od pierwszych dni życia
- Pomocna w odbudowaniu czerwonych ciałek krwi
- Wspomaga regenerację nabłonka jelit
- Buduje środowisko dla rozwoju jelitowych bakterii probiotycznych
- Wzmacnia skuteczność gojenia aft, pleśniawek, opryszczki wargowej

**Naturalna i czysta,  
bez zbędnych dodatków**

LAK 29/08/2019

 PHARMABEST

# Laktoferyna

Jest to czyste białko otrzymywane metodą liofilizacji bezpośrednio z wysokiej jakości świeżego mleka krowiego. W każdym organizmie znajduje się żelazo, a drobnoustroje chorobotwórcze potrzebują go do wzrostu i namnażania. Laktoferyna bardzo łatwo wiąże się z żelazem, wychwytuje je, dzięki czemu blokuje rozwój wielu drobnoustrojów chorobotwórczych. Jest także niezbędna dla prawidłowego wzrostu i dojrzewania komórek jelitowych (enterocytów). Jej obecność w jelitach sprzyja rozwojowi dobroczynnych bakterii probiotycznych. Jest to działanie bifidogenne. Laktoferyna jest również antyoksydantem, bierze udział w reakcjach utleniania, przeciwegających z udziałem żelaza, działa więc ochronnie jako przeciwutleniacz, jak również przeciwzapalnie. Może też odgrywać ważną rolę w transporcie żelaza przez śluzówkę dwunastnicy, udostępniając żelazo, które następnie wbudowywane jest do hemu, aktywnego barwnika czerwonych ciałek krwi, wpływając pozytywnie na parametry krwi.

## Co to jest Laktoferyna?

Laktoferyna to białko serwatkowe, będące transferyną (wykazuje powinowactwo do jonów żelaza), która oprócz wspomagania układu odpornościowego, reguluje także stężenie jonów żelaza w osoczu krwi i transportuje je do tkanek. Laktoferyna wołowa (bLF) zawarta w produkcie wyróżnia się wysokim stopniem podobieństwa do laktoferyny ludzkiej (wydzielanej naturalnie np. w ślinie czy łzach), podobieństwo to aż 69%.

## Jak działa Laktoferyna?

Jest aktywnym biologicznie białkiem, naturalnie występującym w wielu płynach ustrojowych. W największej ilości występuje w ludzkiej sianie i mleku następującym tuż po niej, ale także w ślinie i łzach. Laktoferyna wykazuje szerokie działanie biologiczne w organizmie ludzkim, szczególnie warto zwrócić uwagę na szeroką aktywność przeciwdrobnoustrojową oraz działanie wspomagające układ immunologiczny. Najwięcej danych klinicznych dotyczy właśnie tych właściwości, co czyni laktoferynę istotnym składnikiem diety wpływającym na wspomaganie odporności. Dodatkowo laktoferyna reguluje stężenie żelaza w organizmie, wykazuje pozytywny wpływ na uszczelnianie nabłonka jelit (poprzez jego regenerację i stymulowanie podziałów komórkowych), a także zmniejsza dolegliwości związane z nietolerancją pokarmową (poprzez m.in. stymulowanie wydzielania laktazy, enzymu rozkładającego laktozę).

## Czym Laktoferyna różni się od innych produktów z laktoferyną?

Laktoferyna różni się od innych produktów z tym składnikiem przede wszystkim ilością substancji aktywnej w pojedynczej porcji do spożycia. Zawiera aż 100 mg laktoferyny w 1 saszetce, 1 kapsułce lub 12 kroplach. Większość innych preparatów z laktoferyną zawiera od kilku do kilkadziesiątu miligramów tego cennego składnika. W preparacie Laktoferyna nie zastosowano żadnych substancji dodatkowych, które byłyby nieodpowiednie do stosowania przez najmłodszych (niemowlęta i dzieci), a także osoby dorosłe czy ludzi starszych. Istotny jest również fakt, że Laktoferyna, mimo dużej zawartości cennego białka, pozostaje w cenie dostępnej dla każdego.

## Czy muszę mieć receptę, aby kupić produkt Laktoferyna?

Nie jest potrzebna recepta; produkt jest sklasyfikowany jako suplement diety.

## W jakich postaciach dostępna jest Laktoferyna?

Laktoferyna dostępna jest w postaci saszetek, kapsułek lub kropeł.

## Jak długo trzeba poczekać aż Laktoferyna zacznie działać?

Laktoferyna wykazuje aktywność biologiczną już od pierwszej zastosowanej porcji. Warto zwrócić uwagę na fakt, że laktoferyna poddana metabolizmowi (rozkładowi pod wpływem enzymów trawiących białka) przekształca się w biologicznie aktywne metabolity – laktoferycyny. To czyni ją wysoce aktywnym składnikiem biologicznym. O ile lekarz nie zaleci inaczej, Laktoferynę należy stosować 1-2 razy dziennie, codziennie przez min. 3 miesiące w celu wspomagania odporności i przez min. 6 miesięcy w celu uregulowania stężenia żelaza w organizmie.

## Jaka jest najlepsza pora dnia na przyjmowanie Laktoferyny?

Laktoferyna może być przyjmowana o dowolnej porze dnia – w zależności od preferencji. Najlepiej połączyć ją z jakimś posiłkiem, np. jogurtem na drugie śniadanie.

## Ile Laktoferyny powinienem przyjmować?

Zalecana dzienna porcja do spożycia dla niemowląt i dzieci to 100 mg, dla dorosłych 200 mg. W przypadku jakichkolwiek wątpliwości należy skonsultować się z lekarzem lub farmaceutą.

## Czy powinienem przyjmować Laktoferynę na pusty żołądek?

Nie jest konieczne przyjmowanie Laktoferyny na pusty żołądek.

## Jak długo mogę przyjmować Laktoferynę?

Laktoferyna może być przyjmowana codziennie, przez tak długi okres, jak sobie Państwo tego życzą.

## Z czym mogę wymieszać Laktoferynę?

Laktoferyna może być mieszana z każdym niegazowanym napojem lub produktami takimi jak jogurt, lody, mleko, kefir lub inne pożywienie, a następnie spożywana. Laktoferyny nie należy łączyć z gorącymi napojami ani gorącymi potrawami, ponieważ wysoka temperatura dezaktywuje białko poprzez jego denaturację.

## Czy można spożyć nadmierną ilość Laktoferyny?

Do chwili obecnej nie zgłoszono przypadków przedawkowania Laktoferyny lub innych produktów ją zawierających. Dostępne badania wykazały, że laktoferyna nie wykazuje istotnych działań niepożądanych. Nie jest to zaskakujące, ponieważ laktoferyna stanowi fizjologiczny element ludzkiego organizmu.

## Czy mogę stosować Laktoferynę, jeżeli karmię dziecko mieszankami mlekozastępczymi?

Tak, Laktoferynę można swobodnie stosować z każdym mlekiem modyfikowanym. Dodatkowo warto zwrócić uwagę, iż we wszystkich mlekach modyfikowanych laktoferyna występuje w śladowej ilości, przez co dieta dzieci karmionych sztucznie jest uboga w ten cenny składnik. Najważniejsze to zadbać o odpowiednią temperaturę mleka przed połączeniem z Laktoferyną, płyn nie może być gorący, gdyż laktoferyna ulegnie denaturacji.