

Pārtikas piedeva

# Fiber Powder

DuoLife Fiber powder ir uztura bagātinātājs paciņās, kas satur 4 avotu šķīstošo šķiedru kompleksu (kā firmas sastāvdaļas) un patentētu nukleotīdu formulu no *Saccharomyces cerevisiae* rauga. Produkta sastāvā ietilpst sastāvdaļas no augstākās kvalitātes dabīgām izejvielām, kas ir ārkārtīgi bagāts uztura šķiedrvielu avots. Uztura bagātinātājā esošo sastāvdaļu veselību uzlabojošais efekts ir apstiprināts klīniskajos pētījumos.



## KAD?

Pārtikas šķiedras veic ļoti svarīgu diētas funkciju, neskatoties uz to, ka tās netiek sagremotas gremošanas traktā un netiek absorbētas asinīs. Tomēr tās ļoti pozitīvi ietekmē daudzus vielmaiņas un fizioloģiskos procesus cilvēka organismā un tiek uzskatīts par tā saukto PREBIOTIC<sup>1-5</sup>.

**Uztura bagātinātājs DuoLife Powder ir paredzēts lietošanai kā papildinājums :**

- ▶ kas vēlas ikdienā uzturēt normālu gremošanas trakta darbību un gremošanas procesus;
- ▶ kam ir aizcietējums un problēmas ar aizkavētu zarnu iztukšošanos;
- ▶ kam ir gremošanas trakta problēmas, kas saistītas ar dabiskās zarnu mikrofloras traucējumiem;
- ▶ kam rūp resnās zarnas optimāli vesels stāvoklis;
- ▶ kas ievēro diētu, tai skaitā LOW FODMAP (skaidrojumu skatīt zemāk);
- ▶ kam rūp pareizais ķermeņa svars, pateicoties tam, ka produkts veicina svara samazināšanos, samazinoties apetītei un veicinot ilgstošu sāta sajūtu;
- ▶ kam ir liekā svara problēma un kuri vēlas samazināt ķermeņa tauku daudzumu;
- ▶ kam rūp pareizais glikozes un holesterīna līmenis asinīs;
- ▶ kas vēlas saglabāt optimālu asinsvadu veselību un pareizu asinsspiedienu;
- ▶ kas vēlas uzlabot imūnsistēmas funkcijas;
- ▶ kas vēlas attīrīt organismu no uzkrātajiem toksīniem;
- ▶ kas vēlas saglabāt normālu žultspūšļa darbību;
- ▶ kam ir grēmas problēmas;
- ▶ kas vēlas saglabāt optimālu minerālvielu uzsūkšanos no zarnām;
- ▶ kas vēlas uzturēt optimālus antioksidantu procesus.

## KĀ?

DuoLife šķiedru pulveris ir 100% dabīga formula ar ļoti augstu šķīstošo firmas šķiedrvielu saturu: NUTRIOSE® \*, SUNFIBER® \*\* un INAVEA™ BAOBAB ACACIA \*\*\*, kā arī patentētā *Saccharomyces cerevisiae* rauga formula - IMMUNEL™ \* \*\* ar normalizētu saturu 60% nukleotīdu, kas atbalsta pareizas imūnsistēmas un gremošanas sistēmas funkcijas.



### DuoLife šķiedru pulveris lietošana:

**Pieaugušie un bērni vecāki par 12 gadiem:** pievienojiet 1-2 paciņas katru dienu ēdienam vai dzērienam un rūpīgi samaisiet. Patērēt tūlīt pēc sagatavošanas. Ieteicams to dzert ar glāzi ūdens vai citu dzērienu. Nepārsniedziet ieteicamo maksimālo dienas devu.

**Bērni no 6 līdz 12 gadu vecumam, kā arī sievietes grūtniecības un zīdīšanas laikā:** Produkta lietošana ir atļauta pēc iepriekšējas konsultācijas ar ārstu. Atkarībā no vecuma un ārsta ieteikuma ieteicams lietot 1/4 līdz 1 paciņu dienā.

### Produkts nav paredzēts bērniem līdz 6 gadu vecumam.

Produkts jālieto ar atbilstošu šķidrums daudzumu, jo neliels šķidrums daudzums var izraisīt aizcietējumus.

Ir nepieciešams **pārtraukums starp medikamentiem un šķiedrvielu uzņemšanu**, jo pārtika, kas bagāta ar šķiedrvielām, var samazināt zāļu uzsūkšanos no gremošanas trakta.

### Zāles ieteicams lietot 1 stundu pirms vai vismaz 2 stundas pēc šķiedrvielu uzņemšanas.

Produktu var izmantot, piemēram, zupu, mērču vai maizes izstrādājumu sabiezīšanai.



**Sastāvdaļas:** NUTRIOSE® \* - patentēta šķīstošās kukurūzas šķiedras formula, SUNFIBER® \*\* - patentēta šķīstošās šķiedras formula no Indijas guāra pupiņām (Cyamopsis tetragonolobus) (Galactomannan Fiber), INAVEA™ BAOBAB ACACIA \*\*\*

- patentēta šķīstošo šķiedru formula kā organisks maisījums no baobaba augļu mikstuma (Adansonia digitata) un organiskās akācijas sveķiem (Acacia Seyal), IMMUNEL™ \*\*\*
- rauga Saccharomyces cerevisiae patentētā formula ar normalizētu 60% nukleotīdu saturu.

\* NUTRIOSE® ir Roquette Frères reģistrēta preču zīme.

\*\* SUNFIBER® ir Taiyo Kagaku Co., Ltd. reģistrēta preču zīme. \*\*\* INAVEA™ BAOBAB ACACIA un IMMUNEL™ ir Nexira preču zīmes.

Sastāvdaļu saturs produkta diennakts devā	1 paciņa (10g)	2 paciņas (20g)
NUTRIOSE®*	4,25 g	8,5 g
SUNFIBER®**	3,1 g	6,2 g
INAVEA™ BAOBAB ACACIA***	2,5 g	5 g
IMMUNEL™***	150 mg	300 mg
<b>Kopējais šķiedrvielu saturs</b>	<b>8 g</b>	<b>16 g</b>

## DuoLife piedāvā divus šķiedru produktus, DuoLife Fiber Powder un DuoLife Fiber - kāda ir atšķirība?

**DuoLife Fiber powder** uzlabo gremošanas trakta, imūnsistēmas un nervu sistēmas funkcijas. Tajā izmantotas sastāvdaļas ar spēcīgu prebiotisko efektu. To var pievienot dzērieniem un ēdienam. Veicina LOW FODMAP diētu.

**DuoLife Fiber** atbalsta pareizu gremošanas trakta darbību un palīdz absorbēt citas uzturvielas no uztura. Tas arī palīdz cīnīties ar iekaisumu zarnās. Sagatavots šķidrā veidā tiešai lietošanai.

## Cik daudz šķiedrvielu mēs lietojam un cik mums vajadzētu lietot?

---

Saskaņā ar Pasauls Veselības organizācijas (PVO) datiem, pieaugušajiem ieteicamajai uztura šķiedrvielu dienas devai jābūt 20-40 g<sup>6</sup>. Polijas pārtikas un uztura zinātņu institūts noteicis standartus 30-35 gramu dienā pieaugušajiem. Vēl viens ikdienas patēriņa rādītājs ir ieteikums: 14 g šķiedrvielu uz 1000 kcal / dienā<sup>1</sup>. Turklāt vidējais dienas šķiedrvielu patēriņš Polijā 2016. gadā bija tikai 15,4 g uz cilvēku<sup>7</sup>.

Zinātniskie pētījumi liecina, ka cilvēkiem, kas patērē vairāk uztura šķiedrvielu (līdz 30-40 g dienā), ir mazāk problēmu ar gremošanas, asinsrites un imūnsistēmu, līdz ar to mazāk veselības problēmu.<sup>1,7</sup>

## DuoLife šķiedru pulveris ir bagātīgs tūlītējas pārtikas avots šķiedra. Kā šķīstošā šķiedra atšķiras no nešķīstošās šķiedras?

---

Diētiskās šķiedras ir sadalītas divās frakcijās: šķīstošās un nešķīstošās, ar nedaudz atšķirīgām fizioloģiskām funkcijām.<sup>1</sup>. Šķīstošās šķiedras galvenokārt sastāv no pektīniem, sveķiem, augu sekrēta, dažām hemicelulozēm, beta-glikāniem un citiem ūdenī šķīstošiem savienojumiem.

### Šķīstošā šķiedra:

- ▶ uzbriest zarnās, saskaroties ar ūdeni, un palielina humusa blīvumu;
- ▶ pagarina zarnu tranzīta laiku;
- ▶ ir barības vide labvēlīgām zarnu baktērijām, stimulējot resnās zarnas baktēriju mikrofloras attīstību (prebiotiska iedarbība);
- ▶ uzlabo sāta sajūtu, palīdzot uzturēt veselīgu ķermeņa svaru un veicina svara zudumu;
- ▶ palīdz nodrošināt pareizu holesterīna un triglicerīdu līmeni asinīs, vienlaikus saglabājot asinsvadu darbību un optimālu asinsspiedienu. Darbība, kas veicina asinsrites sistēmas optimālās funkcijas, galvenokārt ir šķīstošās šķiedras daļa;
- ▶ veicina glikozes uzsūkšanās aizkavēšanos tievajās zarnās un insulīna ražošanas samazināšanos, kas palīdz normalizēt cukura līmeni asinīs;
- ▶ atšķaida izkārnījumus, kas novērš aizcietējumus;
- ▶ veicina minerālvielu uzsūkšanos no zarnām;
- ▶ pozitīvi ietekmē ķermeņa imunitāti.

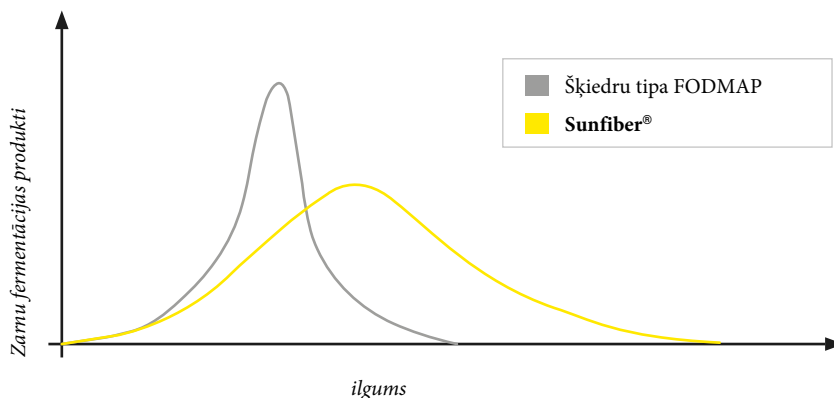
**Nešķīstošās šķiedras** galvenokārt ir celuloze un lignīns. Tās funkcija galvenokārt ir atbalstīt kuņģa -zarnu trakta motoriku un palielināt izkārnījumu masu..

## Kas ir LOW FODMAP diēta? Kāpēc DuoLife šķiedru pulvera sastāvdaļas ir piemērotas LOW FODMAP diētai?

---

Tā ir diēta ar zemu īsas ķēdes, slikti sagremojamiem un ātri fermentējošiem ogļhidrātiem ar augstu osmotisko spiedienu (piemēram, laktozi, fruktozi vai polioliem). Tas ļauj uzturēt optimālu gremošanas traktu, palīdzot samazināt tādas slimības kā meteorisms un diskomforts zarnās, īpaši cilvēkiem ar kairinātu zarnu sindromu vai laktozes nepanesību.

Produkta sastāvā esošās formulas uz šķiedrvielām: SUNFIBER® \*\*, NUTRIOSE® \*un INAVEA™ BAOBAB ACACIA \*\*\* ir piemērotas LOW FODMAP diētai, jo tās lēni fermentējas un labvēlīgi ietekmē zarnas. Šķiedru fermentācijas produkti tiek lēnām izdalīti, tāpēc SUNFIBER® \*\* lietošana kopā ar NUTRIOSE® \* un INAVEA™ BAOBAB ACACIA \*\*\* samazina gāzu veidošanos pārāk straujas zarnu fermentācijas dēļ (1. attēls).



1. attēls: SUNFIBER® šķiedrvielu priekšrocības LOW FODMAP diētā.

## Ar ko atšķiras NUTRIOSE® \* patentētā šķīstošās kukurūzas šķiedras formula?

NUTRIOSE® kukurūzas šķiedra nav alerģiska, atšķirībā no graudaugu šķiedrām. Pateicoties mikrogranulārajai formai, tai ir ļoti augsta stabilitāte un šķīdība, tāpēc to var pievienot karstiem ēdieniem, piemēram, zupām. Zinātniskie ziņojumi ir parādījuši pozitīvu PREBIOTISKU ietekmi uz ķermeni un gremošanas trakta funkcijām, kā arī pozitīvu ietekmi uz asinsrites sistēmas darbību.<sup>8-11</sup>. **Kliniskie pētījumi, kas veikti ar NUTRIOSE®** (konferences ziņojumi), arī parādīja labvēlīgu ietekmi uz vielmaiņas procesiem un pareiza ķermeņa svara saglabāšanu. Kukurūzas šķiedra ir 75% pakļauta lēnai (attiecīgi zarnām labvēlīgai) fermentācijai resnajā zarnā; tajā pašā laikā to neuzsūc baktērijas, kas atrodas mutes dobumā, un tas neveicina kariesa attīstību. Formulai ir zems glikēmiskais indekss un zems kaloriju saturs (2 kcal / g).

**SUNFIBER® \*\* un INAVEA™ BAOBAB ACACIA \*\*\***, izmantojot sinerģiju veicina labvēlīgas zarnu mikrofloras vairošanos, uzlabojot NUTRIOSE® \* darbību.

SUNFIBER® ir organiska, daļēji hidrolizēti sveķi no Indijas guāra pupiņām, kuras pamatā ir galaktomannāns. **Tomēr tas nav tas pats, ko parasti izmanto guāra sveķi.** Atšķirībā no "klasiskiem" guāra sveķiem, tam ir mazāka molekulmasa (20-50 kDa salīdzinājumā ar 300-8000 kDa nehidrolizētiem sveķiem), tāpēc tai ir daudz zemāka viskozitāte (2000 reizes mazāka), kas atvieglo produkta, vieglu lietošanu un drošu pat lielos daudzumos. Turklāt atšķirībā no guāra sveķiem, to iegūst vieglas fermentatīvas hidrolīzes procesā zemā temperatūrā (37 ° C) tikai no sēklu endospermas.

SUNFIBER® veicina optimālu gremošanas trakta darbību un pareizu ķermeņa svaru<sup>12-16</sup>, veicina Bifidobacterium un Lactobacillus ģints labvēlīgo zarnu baktēriju pavairošanu, kā arī īsās ķēdes taukskābju (tā saukto postbiotiku) ražošanu.<sup>17</sup>. Tas var uzlabot zarnu, imūnsistēmas un nervu sistēmas funkcijas<sup>18</sup>. **SUNFIBER® porcija 1 līdz 2 DuoLife šķiedru pulvera paciņās ir ieteicama, lai sastāvdaļa sniegtu labumu veselībai.**

INAVEA™ - sinerģisks, pilnībā organisks patentēts maisījums no diviem šķīstošo šķiedrvielu avotiem no Āfrikas augiem: Seyal Acacia un Baobab.

INAVEA™ 5 g dienā (satur 2 DuoLife Fiber pulvera paciņas) ir dokumentēts **PREBIOTIC efekts**, veicinot labvēlīgu zarnu mikrofloru, īpaši Bifidobacterium ģints. Turklāt INAVEA™ **uzlabo vielmaiņas funkcijas un palīdz organismam cīnīties ar iekaisumu zarnās.**<sup>19-21</sup>.

Gan SUNFIBER®, gan INAVEA™ ir visi šķiedrvielu ieguvumi veselībai, dokumentēti prebiotiskie ieguvumi un **ir piemēroti LOW FODMAP diētai.**

**NUKLEOTĪDI** ir par zemu novērtēta uztura sastāvdaļa, kuras pamatā ir minimums apstrādāti pārtikas produkti.

IMMUNEL™ ietvertie nukleotīdi ir ķermeņa signālu un prekursoru molekulu avots, un tos var arī atkārtoti izmantot, lai radītu jaunas nukleīnskābju molekulas, kas veido šūnu kodolus. Tā ir ļoti svarīga, bet joprojām par zemu novērtēta sastāvdaļa minimāli apstrādātā diētā.<sup>22</sup>, **nepieciešami pareizai imūnsistēmas un gremošanas sistēmas darbībai**<sup>23-24</sup>. No rauga *Saccharomyces cerevisiae* iegūtie nukleotīdi var veicināt gremošanas trakta bojāto šūnu un audu atjaunošanos, uzlabojot organisma nespecifisko imunitāti utt. zarnu barjera. **Ieteicamā IMMUNEL™ dienas deva (300 mg) ir 2 DuoLife šķiedru pulvera paciņās.**

Ar ko DuoLife Fiber Powder atšķiras?

- ▶ **100% dabīgs** sastāvs ar ļoti augstu šķīstošo šķiedru saturu;
- ▶ **Izstrādāts ar patentētām sastāvdaļām ar klīniski pierādītu ieguvumu veselībai;**
- ▶ **4 šķīstošo uztura šķiedrvielu avoti;**
- ▶ Produkts **ir piemērots LOW FODMAP diētai;**
- ▶ Sastāvdaļu **sinerģiska darbība;**
- ▶ **Ērta lietošana** - porcijas paciņās tiešai pievienošanai šķidrūmam vai pārtikai;
- ▶ Produkts **nesatur mākslīgās pildvielas, nesatur ĢMO;**
- ▶ Produkts **nesatur mākslīgos aromātizētājus;**
- ▶ Produkts **nesatur glutēnu** - piemērots cilvēkiem ar glutēna nepanesamību;
- ▶ Produkts **ir piemērots vegāniem un veģetāriešiem.**



**Iegādājoties DuoLife Fiber un / vai DuoLife Fiber Powder produktus, jūs atbalstiet un veiciniet World Healthy Living Foundation fonda attīstību.**

WHLF darbība tiek veikta, izmantojot dažādus izglītības risinājumus, un eksperti to atbalsta publikāciju, lekciju un vienas dienas praktisku nodarbību veidā, kuru mērķis ir palīdzēt cilvēkiem saprast, ka veselība ir process, kas ir atkarīgs no mūsu dzīvesveida un dvēseles stāvokļa. Ar savu darbību Fonds pierāda, ka šī joma ir pilnībā mūsu kontrolē, un mūsu ikdienas izvēlei ir izšķiroša nozīme.

Воспользуйтесь знаниями и опытом Экспертов! Подробнее на: <http://www.whlf.eu>



WORLD HEALTHY LIVING  
FOUNDATION