

Fiber

DuoLife Fiber ir šķidrums uztura bagātinātājs, kas satur šķīstošu uztura šķiedru kompleksu no 4 avotiem un patentētas augu ekstraktu formulas: ASTRA -GIN® - uzlabo barības vielu uzsūkšanos no gremošanas trakta, un BOSWELLIN® - palīdz mazināt iekaisuma procesus zarnās. Produkta sastāvā ietilpst sastāvdaļas no augstākās kvalitātes dabīgām izejvielām, kas ir bagātīgs 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 PREBIOTIC¹⁻⁵.

Uztura bagātinātājs DuoLife Fiber ir paredzēts lietošanai kā papildinājums tiem:

- ▶ kas vēlas uzturēt normālu gremošanas trakta darbību ikdienā;
- ▶ kas vēlas uzturēt pareizu barības vielu uzsūkšanos gremošanas traktā;
- ▶ kam ir gremošanas trakta problēmas, kas saistītas ar dabiskās zarnu mikrofloras traucējumiem, vai problēmām, ko izraisa iekaisuma procesi;
- ▶ kam ir aizcietējumi un problēmas ar aizkavētu zarnu iztukšošanu;
- ▶ kam rūp pareizais ķermeņa svars, pateicoties tam, ka produkts veicina svara samazināšanos, samazinoties apetītei un veicinot ilgstošu sāta sajūtu;
- ▶ kas ievēro t.s. LOW FODMAP diētu;
- ▶ kam rūp pareizais glikozes un holesterīna līmenis asinīs;
- ▶ kas vēlas saglabāt optimālu asinsvadu veselību un pareizu asinsspiedienu;
- ▶ kas vēlas attīrīt organismu no uzkrātajiem toksīniem un uzlabot antioksidantu procesus.

KĀ?

DuoLife Fiber ir 100% dabīga formula, kuras pamatā ir augsts šķīstošās firmas šķiedras saturs un papildu sastāvdaļas, piemēram, ASTRAGIN® - patentēta formula no Panax notoginseng, Astragalus membranaceus un BOSWELLIN® augu ekstraktiem - patentēts Bosvēlijas sveķu ekstrakts (Boswellia serrata).



DuoLife Fiber lietošana:

Personas, kas vecākas par 18 gadiem: 50 ml dienā ēdienreizes laikā. Ieteicams to dzert ar glāzi ūdens vai citu dzērienu. Nepārsniedziet ieteicamo maksimālo dienas devu.

Produkts jālieto ar atbilstošu šķidruma daudzumu, jo neliels šķidruma 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.



Sastāvdaļas: ābolu sula, ābolu mērce, citronu sula no koncentrētas sulas, SUNFIBER® * - patentēta šķīstošās šķiedras formula no Indijas guāra pupiņām (*Cyamopsis tetragonolobus*) (galakomannāna šķiedra), FIBREGUM™ ** - patentēta formula, šķīstošā šķiedra no aczu augļiem (citrusaugļiem) junos), citrusaugļu pektīns, BOSWELLIN® *** - patentēta Boswellia sveķu ekstrakta formula 10: 1, ar normalizētu 30% bosvelīnskābju saturu, konjaka amorfofala saknes (*Amorphophallus konjac*) ekstrakts ar normalizētu saturu 95% ASTRAGIN® ir patentēta Panax notogīnseng un Astragalus membranaceus ekstrakta formula.

* SUNFIBER® - Taiyo Kagaku Co., Ltd. reģistrēta preču zīme.

** FIBREGUM™ - Nexira preču zīme.

*** BOSWELLIN® - Sabinsa Europe GmbH preču zīme.

Sastāvdaļu saturs produkta idiennakts devā	50 ml
SUNFIBER® *	3,6 g
FIBREGUM™ **	1 g
Citrusaugļu pektīni	150 mg
BOSWELLIN® ***	100 mg
Konjaka saknes ekstrakts	50 mg
ASTRAGIN®	35 mg
Kopējais šķiedrvielu saturs	4,3 g

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

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

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

Blakus preparātā esošā augu ekstrakta nosaukumam **ir norādīta attiecība 10: 1 - t.s. DER koeficients - ko tas nozīmē?**

DER (zāļu ekstrakta koeficients) koeficients nosaka augu izejvielu miligramu skaitu, ko izmanto, lai iegūtu vienu miligramu ekstrakta.

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 g⁶. 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 / dienā¹. Turklāt vidējais dienas šķiedrvielu patēriņš Polijā 2016. gadā bija tikai 15,4 g uz cilvēku⁷.

Zinātniskie pētījumi liecina, ka sabiedrībām, kas patērē vairāk uztura šķiedrvielu (līdz 30-40 g dienā), ir mazāk problēmu ar gremošanas, asinsrites un imūnsistēmu, līdz ar to mazāk veselības problēmu.^{1,7}

DuoLife Fiber ir bagātīgs šķīstošo uztura šķiedrvielu avots.

Kā šķīstošā šķiedra atšķiras no nešķīstošās šķiedras?

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

Šķīstošā šķiedra:

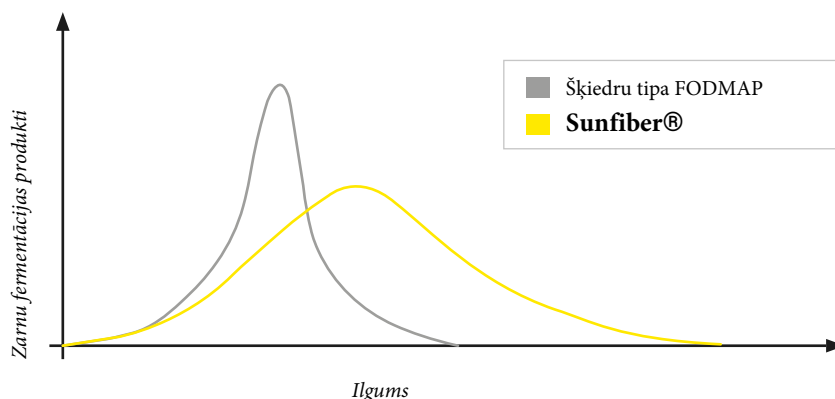
- ▶ uzbrīst zarnās, saskaroties ar ūdeni, un palielina humusa blīvumu;
- ▶ pagarina zarnu tranzīta laiku;
- ▶ ir barības vide labvēlīgām zarnu baktērijām, stimulējot resnās zarnas baktēriju mikrofloras attīstību (prebiotiska iedarbība);
- ▶ uzlabo sāta sajūtu, palīdzot uzturēt veselīgu ķermeņa svaru un veicina svara zudumu;
- ▶ palīdz nodrošināt pareizu holesterīna un triglicerīdu līmeni asinīs, uzlabo 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 organisma imunitāti.

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

Kas ir LOW FODMAP diēta? Kāpēc DuoLife Fiber 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 trakta stāvokli, palīdzot samazināt tādas slimības kā meteorisms un diskomforts zarnās, īpaši cilvēkiem ar kairinātu zarnu sindromu vai laktozes nepanesību.

Produkta sastāvdaļas, kas satur šķiedras, jo īpaši SUNFIBER®, veicina LOW FODMAP diētu, jo tās **lēni** fermentējas, kas ir labvēlīgi zarnām. Šķiedru fermentācijas produkti tiek lēnām izdalīti, tāpēc SUNFIBER® izmantošana samazina gāzu veidošanos pārāk straujas zarnu fermentācijas dēļ (1. attēls).



1. attēls: SUNFIBER® šķiedrvielu priekšrocības LOW FODMAP diētā. Patentētās BOSWELLIN® *** un ASTRAGIN® formulas atbalsta zarnu darbību un SUNFIBER® * un FIBREGUM™ ** šķiedru derīgās īpašības.

SUNFIBER® un FIBREGUM™ sastāvā esošās šķiedras veicina optimālu gremošanas trakta darbību, atbalsta izkārnījumus, regulē izkārnījumus un novērš vēdera uzpūšanos un hroniskus aizcietējumus.⁸ Uzlabo labvēlīgo zarnu baktēriju pavairošanu no Bifidobacterium un Lactobacillus ģints un īsās ķēdes taukskābju veidošanos resnajā zarnā (aka postbiotikas)⁹.

SUNFIBER® – ir organiska, daļēji hidrolizēta gumija no Indijas guāra pupiņām, kuras pamatā ir galaktomannāni. **Tomēr tas nav tas pats, ko parasti izmanto guāra sveķi.** Atšķirībā no "klasiskā" guāra sveķiem, tam ir mazāka molekulmasa (20-50 kDa salīdzinājumā ar 300-8000 kDa nehidrolizētai gumijai), tāpēc tai ir daudz zemāka viskozitāte (2000 reizes mazāka), kas atvieglo zāles, viegļas lietošanā un drošas pat lielos daudzumos. Turklāt atšķirībā no guāra sveķiem to iegūst viegļas fermentatīvas hidrolīzes procesā zemā temperatūrā (37 ° C) tikai no sēkļu endospermas. **SUNFIBER® ir dokumentēti klīniski pētījumi ar preklīnisku pozitīvu PREBIOTIC ietekmi uz veselību, pilnīgu lēnu fermentāciju, labvēlīgu ietekmi uz zarnām.**

FIBREGUM™ ir patentēta akācijas šķīstošās šķiedras formula, kas iegūta no Āfrikas augiem.

Bosvelskābes, kas iegūtas no patentētā Boswellia serrata ekstrakta - **BOSWELLIN®** – palīdz cīnīties ar iekaisumu zarnās, mazina simptomus, kas saistīti ar iekaisuma procesiem zarnās^{10,11}.

ASTRAGIN® ir patentēta formula (patents US8197860 B2, patenti US 13/444765, US 13/444770, US 12/424193 US 12/345218) ar **bioloģisku efektu, apstiprināts ar 16 in vitro un 8 in vivo pētījumiem**¹²⁻¹⁴. **Saskaņā ar šo pētījumu rezultātiem sinerģiskā formula ir šāda:**

- ▶ veicina peptīdu, aminoskābju, taukskābju, vitamīnu un fitonutrientu uzsūkšanos **no gremošanas trakta**, tāpēc DuoLife Fiber ir ieteicams lietot kopā ar pārtiku un citiem DuoLife uztura bagātinātājiem, kā arī ar Shape Code kokteiļiem®;
- ▶ uzlabo bojāta zarnu epitēlija atjaunošanos;

- ▶ palīdz cīnīties ar iekaisuma procesiem zarnās;
- ▶ atbalsta zarnu mikrofloras darbību un reprodukciju;
- ▶ uzlabo zarnu epitēlija imūnās funkcijas.

Glikomannāni no konyak sakņu ekstrakta un citrusaugļu pektīns ir iekļauti arī šķīstošo šķiedru frakcijā, un tiem ir labvēlīga ietekme uz veselību.

Glikomannāniem, ko satur produkts, kas iegūti no Amorphophallus konjac15 saknes (ko sauc par konjaku vai velna mēli), ir visas šķīstošās šķiedras priekšrocības labai veselībai. Gremošanas sistēmā glikomannāni saista ūdeni, lai veicinātu ilgstošu sāta sajūtu, padarot tos īpaši izdevīgus svara regulēšanai un svara zaudēšanai.^{16,17}

Pektīns, kas iegūts no citrusaugļiem, palīdz samazināt holesterīna un lipīdu līmeni asinīs, kā arī palīdz samazināt glikozes uzsūkšanos un insulīna koncentrāciju plazmā. Turklāt pektīni saista smagos metālus un rada aizsargbarjeru zarnās pret patogēno mikrofloru. Ir apstiprināta arī to pretiekaisuma iedarbība.¹⁸

Ar ko DuoLife Fiber atšķiras?

-
- ▶ **100% dabīgs sastāvs** ar ļoti augstu šķīstošo šķiedru saturu;
 - ▶ **Izstrādāts ar patentētām sastāvdaļām ar kliniski pierādītu pozitīvu ietekmi uz veselību;**
 - ▶ **4 šķīstošo uztura šķiedrvielu avoti;**
 - ▶ **Papildu sastāvdaļas**, kuru pamatā ir augu ekstrakti, **kas veicina barības vielu uzsūkšanos no gremošanas trakta, kā arī cīņu pret iekaisuma procesiem zarnās;**
 - ▶ Produkts ir **piemērots LOW FODMAP diētai;**
 - ▶ Sastāvdaļu **sinerģiska** darbība;
 - ▶ **Ērts lietošanas veids**-lietošanai gatavs šķidrums;
 - ▶ Produkts ir **stabilizēts ar DuoLife IHHP™** - (Innovation High Hydrostatic Process™ by DuoLife), pamatojoties uz "minimālās apstrādes" koncepciju. Metodes priekšrocība ir augstā kvalitāte veselībai un ilgāks glabāšanas laiks, kā arī dabisko uztura un maņu īpašību saglabāšana salīdzinājumā ar produktiem, kas konservēti, izmantojot klasiskās metodes. Izmantotais tehnoloģiskais process tiek veikts zemā temperatūrā (lai aizsargātu aktīvās sastāvdaļas), un tā pamatā ir daudzu stabilizējošo faktoru sinerģijas princips, kas ļauj saglabāt produkta augstāko kvalitāti, neizmantojot konservantus;
 - ▶ Produkts **nesatur mākslīgās pildvielas un ĢMO;**
 - ▶ Produkts **nesatur mākslīgos aromatizētājus;**
 - ▶ Produkts **nesatur Glutēnu** - piemērots cilvēkiem, ar glutēna nepanesamību;
 - ▶ Produkts piemērots lietošanai **vegāniem un veģetāriešiem;**
 - ▶ Īpaša stikla pudele, **kas paredzēta farmaceitiskiem nolūkiem** - tumšs stikls aizsargā no gaismas un temperatūras izmaiņām, izturīgs pret šķīstošo minerālvielu izdalīšanos produktā no pudeles iekšējās virsmas.



Iegādājoties DuoLife Fiber un / vai DuoLife Fiber Powder produktus, jūs

atbalstiet un veiciniet Pasaules Veselīga dzīvesveida 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.

Izmantojiet ekspertu zināšanas un pieredzi! Vairāk par: <http://www.whlf.eu>



WORLD HEALTHY LIVING
FOUNDATION

 *Fiber bibliogrāfija ir iekļauta atsevišķā segregācijas kartītē.*