

Fiber

DuoLife Fiber je doplněk stravy v tekuté formě, který obsahuje komplex rozpustné vlákniny pocházející z až 4 zdrojů a chráněné značkové směsi rostlinných výtažků: ASTRAGIN® – podporující vstřebávání živin z trávicího ústrojí a BOSWELLIN® – podporující omezování zánětlivých procesů ve střevech. Obsahuje nejkvalitnější přírodní složky a je bohatým zdrojem vlákniny. Zdraví prospěšné účinky složek, které tento doplněk stravy obsahuje, byly prokázány klinickými testy.



Kdy?

Přestože není stravitelná v trávicím traktu a nevstřebává se do krevního oběhu, plní vláknina ve výživě velmi důležitou úlohu. Má velmi pozitivní vliv na řadu metabolických a fyziologických pochodů v lidském organismu a patří tak mezi tzv. PREBIOTIKA¹⁻⁵.

Doplněk stravy DuoLife Fiber je určen k podpůrnému používání:

- ▶ u lidí, kteří chtějí každý den podpořit optimální fungování trávicího ústrojí;
- ▶ u lidí, kteří chtějí podpořit správné vstřebávání živin z trávicího ústrojí;
- ▶ u lidí s potížemi trávicího ústrojí, které souvisejí s poruchami přirozené střevní mikroflóry nebo s problémy se zánětlivým pozadím;
- ▶ u lidí trpících zácpami a potížemi s pomalou funkcí střev;
- ▶ u lidí snažících se udržet správnou hmotnost, pomocí podpory procesu hubnutí, omezování chutě k jídlu a zajištění delšího pocitu sytosti;
- ▶ u lidí dodržujících tzv. dietu LOW FODMAP;
- ▶ u lidí, kteří si hlídají správnou hladinu glukózy a cholesterolu v krvi;
- ▶ u lidí, kteří chtějí podpořit optimální stav cév a správný tlak krve;
- ▶ u lidí, kteří chtějí podpořit detoxikaci organismu od nahromaděných toxinů a antioxidační procesy.

Jak?

DuoLife Fiber to je 100% přírodní složení, jehož základ tvoří vysoký obsah rozpustné značkové vlákniny a dalších složek jako ASTRAGIN® – vyhrazená formule rostlinných výtažků z ženšenu nepravého (*Panax notoginseng*) a kozince blanitého (*Astragalus membranaceus*) a BOSWELLIN® – vyhrazená formule výtažku z kadidlovníku pilovitého (*Boswellia serrata*).



DuoLife Fiber – způsob použití:

Dospělí starší 18 let: 50 ml denně během jídla. Je doporučeno zapít sklenicí vody nebo jiného nápoje. Nepřekračujte doporučenou maximální denní dávku.

Přípravek vždy užívejte s dostatečným množstvím tekutin, protože nedostatečný příjem tekutin může způsobit zácpu.

Mezi **užívanými léky a přijímáním vlákniny je nutné ponechat INTERVAL**, protože strava bohatá na vlákninu může omezovat vstřebávání léků z trávicího traktu.

Léky užívejte 1 hod. před, nebo alespoň 2 hod. po vláknině.



Složení: jablečná šťáva, jablečné pyré, šťáva z koncentráту citrónové šťávy, SUNFIBER®* – jablečná šťáva, jablečné pyré, šťáva z koncentrátu citrónové šťávy (*Cyamopsis tetragonolobus*) (galaktomanany), FIBREGUM™** – vyhrazená formule rozpustné akátové vlákniny, šťáva z plodů yuzu (*Citrus junos*), pektin z citrusových plodů, BOSWELLIN®*** – vyhrazená formule z výtažku z kadidlovníku pilovitého (*Boswellia serrata*) 10:1 se standardizovaným 30% obsahem boswellových kyselin, výtažek z kořene konjacu (*Amorphophallus konjac*) se standardizovaným 95% obsahem glukomananů, ASTRAGIN® – vyhrazená formule z výtažku z ženšenu nepravého (*Panax notoginseng*) a kozince blanitého (*Astragalus membranaceus*).

* SUNFIBER® je registrovaná obchodní známka společnosti Taiyo Kagaku Co., Ltd.

** FIBREGUM™ je obchodní známka společnosti Nexira.

*** BOSWELLIN® je obchodní známka společnosti Sabinsa Europe GmbH.

Obsah složek v denní dávce výrobku	50 ml
SUNFIBER®*	3,6 g
FIBREGUM™**	1 g
Pektin z citrusových plodů	150 mg
BOSWELLIN®***	100 mg
Výtažek z kořene konjacu	50 mg
ASTRAGIN®	35 mg
Celkový obsah vlákniny	4,3 g

K dispozici jsou dva produkty DuoLife, které obsahují vlákninu: DuoLife Fiber a DuoLife Fiber Powder – čím se liší?

DuoLife Fiber podporuje správnou funkci trávicího ústrojí a vstřebávání dalších živin ze stravy. Podporuje také boj se zánětlivými stavy v oblasti střev. Je v tekutém stavu určeném pro přímé užití.

DuoLife Fiber Powder podporuje optimální fungování trávicího ústrojí, imunitního a nervového systému. Jeho základ tvoří složky s významnými prebiotickými účinky. Je možné jej přidávat do nápojů a jídel. Podporuje dietu LOW FODMAP.

Bylinný výtažek, který tento přípravek obsahuje, má vedle názvu uveden **poměr 10:1, což je tzv. koeficient DER. Co znamená?**

Koeficient DER (ang. *drug extract ratio*) uvádí počet miligramů rostlinné suroviny použitý k získání jednoho miligramu výtažku.

Kolik vlákniny přijímáme, a kolik by to mělo správně být?

Podle Světové zdravotnické organizace (WHO) by měl doporučený denní příjem vlákniny u dospělých činit 20–40 g⁶. Ústav pro potraviny a výživu uvádí normy pro Polsko na úrovni 30–35 g denně u dospělých. Další doporučenou hodnotou je 14 g vlákniny/1000 kcal obsažených ve stravě na den¹. V roce 2016 činila průměrná denní spotřeba v Polsku ale pouhých 15,4 g na 1 člověka⁷.

Vědecká pozorování ukazují, že komunity přijímající větší množství vlákniny (až 30–40 g/den) mají menší procento výživových, oběhových a imunitních potíží a s tím souvisejících zdravotních problémů^{1,7}.

DuoLife Fiber je bohatý zdroj rozpustné vlákniny. Čím se liší rozpustná vláknina od nerozpustné?

Jsou rozlišovány dvě frakce vlákniny: rozpustná a nerozpustná s trochu odlišnou fyziologickou funkcí¹. Rozpustná vláknina to jsou hlavně pektiny, gumy, rostlinné slizy, některé hemicelulózy, betaglukany a další ve vodě rozpustné sloučeniny.

Rozpustná vláknina:

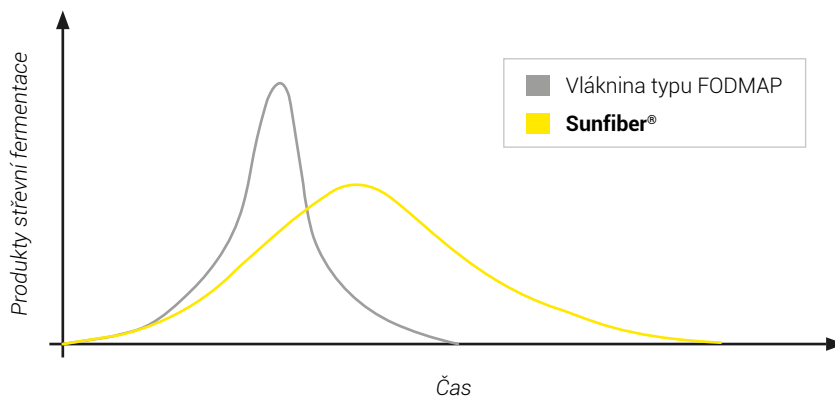
- ▶ bobtná ve střevech vlivem vody a zvyšuje hustotu tráveného materiálu;
- ▶ prodlužuje dobu průchodu střevy;
- ▶ je výživou pro prospěšné střevní bakterie, stimuluje růst bakteriální mikroflóry tlustého střeva (prebiotické účinky);
- ▶ zvyšuje pocit sytosti, pomáhá tak udržovat správnou hmotnost a podporuje hubnutí;
- ▶ pomáhá udržet správnou hladinu cholesterolu a triglyceridů v krvi, podporuje funkci cév a optimální krevní tlak. Prospěšné účinky na optimální funkci oběhového systému má hlavně rozpustná frakce vlákniny;
- ▶ zpomaluje proces vstřebávání glukózy v tenkém střevě a omezuje vylučování inzulínu, díky čemuž pomáhá normalizovat hladinu cukru v krvi;
- ▶ uvolňuje stolici, čímž zabraňuje vzniku zácpy;
- ▶ podporuje vstřebávání minerálních složek ze střeva;
- ▶ má příznivý vliv na imunitu organismu.

Nerozpustná vláknina je hlavně celulóza a ligniny. Její funkcí je hlavně podpora peristaltiky trávicího ústrojí a zvětšení objemu stolice.

Co to je dieta LOW FODMAP? Proč složky DuoLife Fiber podporují dietu LOW FODMAP?

Jedná se o dietu s příznivě nízkým obsahem sacharidů s krátkými řetězci, které se špatně vstřebávají a rychle fermentují, s vysokým osmotickým tlakem (jako je laktóza, fruktóza nebo polyoly). Díky tomu podporuje udržení optimálního stavu trávicího ústrojí a přispívá k minimalizaci takových obtíží, jako je nadýmání a střevní diskomfort, zejména u lidí se syndromem dráždivého tračníku nebo intolerancí laktózy.

Obsažené v produktu formule na bázi vlákniny, hlavně pak SUNFIBER®, podporují dietu LOW FODMAP, protože podléhají **pomalé** fermentaci, která je prospěšná pro střeva. Produkty fermentace vlákniny se uvolňují pomalu, proto užívání SUNFIBER® minimalizuje nadýmání spojené s příliš rychlou střevní fermentací (Obrázek 1).



Obrázek 1: SUNFIBER® jako prospěšná vláknina při dietě LOW FODMAP.

Vyhrazené formule BOSWELLIN®*** a ASTRAGIN® podporují funkci střev a prospěšné vlastnosti vlákniny SUNFIBER®* a FIBREGUM™**.

Vláknina obsažená v **SUNFIBER®** a **FIBREGUM™** podporuje optimální fungování trávicího ústrojí, podporuje střevní peristaltiku, reguluje vyprazdňování, pomáhá předcházet nadýmání a chronickým zácpám⁸. Podporuje růst prospěšných střevních bakterií rodu *Bifidobacterium* a *Lactobacillus* a tvorbu mastných kyselin s krátkými řetězci v tlustém střevě (tzv. postbiotik)⁹.

SUNFIBER® je organická, částečně hydrolyzovaná guma z indických guarových bobů, jejímž základem jsou galaktomanany. **Není ale totožná s všeobecně používanou guarovou gumou.** Oproti "klasické" guarové gumě má nižší molární hmotnost (20–50 kDa oproti 300–8000 kDa u nehydrolyzované gumy), proto se vyznačuje nižší adhezivitou (2000krát nižší), usnadňující přípravu snadněji požitelných přípravků, které jsou bezpečné i ve větším množství. Oproti guarové gumě je navíc získávána pomocí šetrného procesu enzymatické hydrolyzy při nízké teplotě (37 °C) výlučně z endospermu zrn. **SUNFIBER® má klinicky a preklinicky prokázané prospěšné PREBIOTICKÉ zdraví prospěšné účinky, vyznačuje se úplnou pomalou fermentací, která je šetrná pro střevo.**

FIBREGUM™ je vyhrazená formule rozpustné **akátové vlákniny, která je získávána z akátů rostoucích v Africe.**

Boswellové kyseliny pocházející z vyhrazené formuly výtažku z kadidlovníku pilovitého (*Boswellia serrata*) – **BOSWELLIN®** – podporují boj se zánětlivými stavy v oblasti střeva, pomáhají zmírňovat známky provázející střevní obtíže zánětlivého původu^{10,11}.

ASTRAGIN® je patentovaná formule (patent US8197860 B2, patenty v řízení US 13/444765, US 13/444770, US 12/424193 US 12/345218) **s biologickými účinky, které byly prokázány 16 studiemi in-vitro a 8 studiemi in-vivo¹²⁻¹⁴. Podle výsledků těchto studií synergická formule:**

- ▶ podporuje vstřebávání peptidů, aminokyselin, mastných kyselin, vitamínů a fyto složek z trávicího traktu, proto je vhodné DuoLife Fiber užívat při jídle a společně s dalšími doplňky stravy DuoLife a shaky z řady Shape Code®;
- ▶ podporuje regeneraci poškozeného střevního epitelu;
- ▶ podporuje boj se zánětlivými stavy v oblasti střev;
- ▶ podporuje funkci a růst střevní mikroflóry;
- ▶ podporuje imunitní funkce střevního epitelu.

Glukomanany z výtažku z kořene konjacu a citrusové pektiny patří také k frakci rozpustné vlákniny a mají cenné zdraví prospěšné vlastnosti.

Glukomanany, které tento produkt obsahuje, jsou získávány z kořene rostliny *Amorphophallus konjac*¹⁵ (označované také jako konjac nebo zmijovec indický) a mají všechny zdraví prospěšné vlastnosti, které jsou charakteristické pro rozpustnou vlákninu. V trávicím traktu vážou glukomanany vodu a podporují delší pocit sytosti, díky čemuž jsou zvláště vhodné v případě udržování hmotnosti a pro hubnutí^{16,17}.

Pektiny získávané z citrusových plodů podporují snižování hladiny cholesterolu a lipidů v krvi a pomáhají snížit vstřebávání glukózy a koncentraci inzulinu v krevní plazmě. Pektiny navíc vážou těžké kovy a vytvářejí

bariéru chránící před choroboplodnou mikroflórou. Také byly prokázány jejich účinky v oblasti boje organismu se zánětlivými stavy¹⁸.

Čím se DuoLife Fiber vyznačuje?

- ▶ **100% přírodní složení** s velmi vysokým obsahem rozpustné vlákniny;
- ▶ Složení **založené na značkových složkách s klinicky prokázanými zdraví prospěšnými účinky;**
- ▶ **Až 4 zdroje rozpustné vlákniny;**
- ▶ **Doplňkové složky** na bázi rostlinných výtažků, **podporující vstřebávání živin z trávicího traktu a boj proti zánětlivým stavům ve střevě;**
- ▶ Vhodné **pro dietu LOW FODMAP;**
- ▶ **Synergické** účinky složek;
- ▶ **Komfortní způsob užívání** – tekutina určená pro přímé užívání;
- ▶ Trvanlivost produktu je **zajištěna metodou IHHP™ by DuoLife** – (Innovation High Hydrostatic Process™ by DuoLife) která je založená na koncepci „minimálního zpracování“. Výhodou této metody je vysoká zdravotní kvalita a trvanlivost přípravku a také uchování přirozených výživových i sensorických vlastností oproti produktům s trvanlivostí zajištěnou klasickými způsoby. Použitý technologický proces probíhá při nízké teplotě (pro ochranu aktivních složek) a je založen na synergickém působení mnoha faktorů zajišťujících trvanlivost, což umožňuje udržet nejvyšší kvalitu produktu bez použití konzervačních látek;
- ▶ **Výrobek NEOBSAHUJE umělá plnidla a neobsahuje GMO;**
- ▶ Výrobek **neobsahuje přidaná umělá dochucovadla a aromatizující látky;**
- ▶ Výrobek **NEOBSAHUJE lepek** – vhodné pro osoby s intolerancí na lepek;
- ▶ Vhodné pro **vegetariány a vegany;**
- ▶ Speciální **láhev ze skla pro farmaceutické účely** – tmavé sklo chrání před světlem a výkyvy teploty, je odolné proti uvolňování minerálních látek z vnitřního povrchu láhve do přípravku.



Nákupem produktů DuoLife Fiber a DuoLife Fiber Powder podpoříte nadaci World Healthy Living Foundation a přispějete k jejímu rozvoji.

Nadace WHLF vykonává svou činnost prostřednictvím různorodých vzdělávacích řešení a pomocí expertů formou publikací, přednášek a jednodenních praktických workshopů, které se zaměřují na uvědomění, že zdraví je proces, který závisí na našem životním stylu a stavu mysli. Nadace svým působením prokazuje, že tuto oblast máme plně pod kontrolou a klíčový význam zde mají naše každodenní rozhodnutí.

Využijte znalosti a zkušenosti expertů! Více na: <http://www.whlf.eu>



WORLD HEALTHY LIVING
FOUNDATION

Bibliografie týkající se přípravku Fiber se nachází na samostatném listu pořadače.