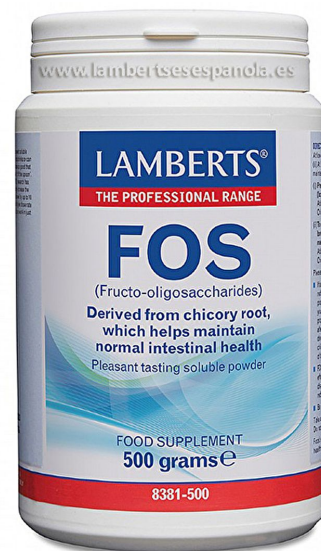


Fos Fructooligosac ridos 500 g

EAN: 5055148409166 FABRICANTE: LAMBERTS



Naturligt prebiotikum. Extraherad från roten av cikoria.

DESCRIPCIÓN

Frukto-oligosackarider (FOS) är en typ av löslig fiber som finns i olika grönsaker som cikoria och lök. Denna naturliga förening kan endast delvis smältas av människor och lämnar de osmälta delarna som föda för "vänliga" bakterier, arterna bifidobakterier och laktobaciller.

Denna prebiotiska effekt innebär att när nyttiga "vänliga" bakterier förökar sig kontrolleras skadliga bakterier och jäst, så att färre toxiner produceras. Detta leder till bättre tarntonus, mer regelbundna tarmrörelser och en minskning av matsmältnings-"obehag".

Forskning har visat att bara 2 veckors intag av 8 g FOS dagligen kan öka antalet nyttiga tarmbakterier med 10 gånger.

Många forskare som arbetar inom detta område tror att prebiotiska produkter till stor del är undervärderade jämfört med probiotikas popularitet.

LAMBERTS® FOS är ett naturligt prebiotikum extraherat från cikoriarötter, och cikoriainulin bidrar till normal tarmfunktion genom att öka tarmrörelsernas frekvens.

Detta söta lösliga pulver, som kan blandas i varma eller kalla drycker, strös på flingor, i soppor eller grytor. Det är lämpligt för alla åldrar, inklusive barn och gravida kvinnor, det är också för personer som följer jästfria dieter och de som tar mediciner. Det är inte irriterande och kan användas som underhåll.

Vitt lösligt pulver.

Näringsinformation	per 100 g	för 20g
Energi	822 kJ/204 kcal	164 kJ/41 kcal
Kolhydrater (fruktooligosackarider)	95g	19g

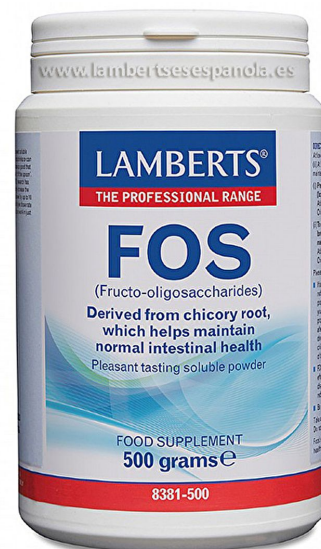
Lämplig för vegetarianer och veganer och fri från laktos och gelatin.

Lämplig för diabetiker.



Fos Fructooligosac ridos 500 g

EAN: 5055148409166 FABRICANTE: LAMBERTS



Följande lista över allergener är undantagna: ingredienser som innehåller vete, korn, soja, ägg, mjölk (och mejeriprodukter), laktos, nötter, sulfiter, selleri, jäst och gluten.

Försiktighetsåtgärder

Om något av dessa intag orsakar överdriven flatulens, minska mängden och öka den gradvis. Flatulens är ett positivt tecken på att produkten har nått tarmen och gasen som produceras kan till en början orsaka viss gasbildning, men efter några dagar försvinner denna. För intag större än 10 g (eller 5 g hos barn), kommer att dela upp den dagliga mängden i 2 doser, en i slutet av dagen, hjälpa till att minska gasbildning.

FOS kan orsaka tillfällig svullnad. Detta är en kortsiktig effekt och när ditt system "snabbt upp" kommer uppblåsthet att försvinna. Om uppblåsthet fortsätter i mer än 3 dagar, minska det dagliga FOS-intaget.

Det rekommenderade dagliga intaget varierar, beroende på nivån av fiber i din kost:

Underhåll av tarmflora:	Initial dos	Underhållsdos
Vuxna	5g	10 g
Barn 4 år och äldre	2,5 g	5g

Hjälpa intestinal transitering:	Initial 3-dagarsdos	Full normal dos	Maximal dos. Regelbundet underhåll
Vuxna	5g	prova 15g	20 g
Barn 4 år och äldre	2,5 g	Prova 5g	10 g

Obs: En rågad tesked = 5 g

* Om något av dessa intag orsakar överdriven flatulens, minska mängden och öka den gradvis. Flatulens är ett positivt tecken på att produkten har nått tarmen och gasen som produceras kan till en början orsaka viss gasbildning, men efter några dagar försvinner denna. För intag större än 10 g (eller 5 g för barn), kommer att dela upp den dagliga mängden i 2 doser, en i slutet av dagen, hjälpa till att minska gasbildning.



Fos Fructooligosac ridos 500 g

EAN: 5055148409166 FABRICANTE: LAMBERTS



* Fos Fructooligosackarider kan orsaka tillfällig svullnad. Detta är en kortsiktig effekt och när ditt system "snabbt upp" kommer uppblåsheten att försvinna. Om svullnaden fortsätter i mer än 3 dagar, minska det dagliga intaget av Fos Fructooligosackarider.

* Drink minst 2 liter vätska om dagen.

Förtär enligt anvisningarna. Överskrid inte den uttryckligen rekommenderade dagliga dosen.

