

Organic India: Psyllium, 100g



Brend: Organic India
Raspoloživost: Na zalihama

Cijena: 5.98

Cijena bez PDV-a: 4.78

Short Description

Saveznik u zdravlju probavnog sustava.

Psyllium (indijski trputac), ljuskice, 100g

Psyllium slovi kao jedan od najprirodnijih pomagača zdravlju probavnog sustava i regulaciji probave. Savjetujemo ga redovito koristiti u svakodnevnoj prehrani.



Opis



Saveznik u zdravlju probavnog sustava.

Psillium (indijski trputac)

ORGANIC INDIA PSYLLIUM

Poznat još kao indijski trputac i buhačica, Psyllium slovi kao jedan od najprirodnijih pomagača zdravlju probavnog sustava i regulaciji probave. Iako ga se slavi kao jednog od posve prirodnih i neškodljivih laksativa, Psyllium ne treba tako usko predstavljati već treba shvatiti njegovu važnost u prehrani i pozitivno djelovanje na opće zdravlju zapadnog čovjeka čiji životni stil sve više odlikuju manjak kretanja, sklonost prekomjernoj težini i opstipaciji.

Regularna probava je prema Ayurvedi jedna od stupova našega zdravlja te je od iznimne važnosti redovito izbacivanje ostataka hrane čije neprobavljanje nagomilava toksine u organizmu djelujući na nastanak poremećaja.

Dijetalna vlakna kojim obiluje ova biljka, djeluju na formiranje većeg volumena (u vezanju s vodom, Psyllium povećava volumen i do 15 puta!), otporna su na probavne enzime te relativno lako prolaze želucem do debelog crijeva.

Psyllium se koristi i u tretiranju kronične opstipacije i ukoliko god to na prvi pogled izgleda kontradiktorno, tretiranju dijareje. Razlog je u tome, što Psyllium, kada prolazi kroz crijeva, veže suvišnu vodu iz crijeva na sebe i tako pomaže i kod stanja dijareje u slučaju kada se koristi u većoj dozi od one za konstipaciju.

DOZIRANJE I PRIMJENA:

Za svakodnevnu regulaciju probave i rada probavnog sustava i motiliteta crijeva, savjetujemo čajnu žlicu Psylliuma pomiješati sa toplom vodom, jabučnim sokom ili čajem, dobro promiješati i sadržaj odmah popiti.

- u slučajevima konstipacije **7 - 25 g/dnevno**
- za zaustavljanje dijareje: **10 - 30 g/dnevno**
- za smanjivanje masnoća u krvi: **10g/ dnevno**

PSYLLIUM POMAŽE KOD SLJEDEĆIH STANJA:

- kronični zatvor
- problema s motilitetom crijeva
- sindrom iritabilnih crijeva
- ulcerozni kolitis

- sindrom lijenih crijeva
- divertikuloza
- Chronova bolest
- Hemoroidi

Psyllium može utjecati na apsorpciju nekih lijekova (antibiotici, varfarin, digoksin) te se ne preporučuje uzimati te lijekove sat vremena prije ili sat vremena nakon uzimanja psylliuma. Psyllium je obavezno uzimati uz veće količine vode.

NAČIN PRIMJENE

Čajnu žlicu Psylliuma pomiješati sa toplom vodom, jabučnim sokom ili čajem, dobro pomiješati i odmah popiti.

Može se koristiti u duljem vremenskom periodu.

NUSPOJAVE:

Iako se Psyllium može koristiti tijekom trudnoće i dojenja, savjetujemo da se trudnice u odnosu na svoje stanje trudnoće, posavjetuju prije korištenja.

Korištenje se ne preporučuje ukoliko uzimate lijekove za kolesterol i dijabetes te ukoliko imate opstrukcije u probavnom sustavu.

- GMO free
- USDA-certifikat organskog uzgoja
- Bez glutena
- Košer i Halal certifikat

- pakiranje 100g
- Pakiranje: u kartonskoj kantici (iznutra i izvana plastificirana), unutarnja hermetička plomba, vanjski PVC poklopac



Sastojci:

1. Psyllium ; (Plantago Ovata - epidermis) ; Indijski trputac- ljuskice