

Toepassing van Nova Vitae Plantago Ovata Psyllium Vezels:

Plantago Ovata vezels zijn natuurlijke vezels en hebben een groot aantal voordelen:

- geven je ontlasting meer volume, dus geen of minder hongergevoel.
- maken je ontlasting zachter
- helpen je darm schoon te houden
- zorgen voor langzame opname van suikers uit koolhydraten
- zorgen voor snellere verzadiging dus ideaal voor mensen die willen afslanken

Omschrijving:

Plantago ovata, is een opmerkelijke plant.

Niet zozeer vanwege zijn uiterlijke verschijnings- vorm, maar meer om wat hij 'in zich' heeft.

In de zaadvliezen van deze plant zit namelijk een gomslim, dat in de maag in combinatie met water, een volumineuze massa vormt.

Er ontstaat een soort gel, dat voor een honger stillend en tegelijk beschermend effect zorgt.

Plantago Ovata zaad, dat oorspronkelijk afkomstig is uit India en Pakistan, is daarmee een natuurlijk volumemiddel dat zeer veel water kan binden als het eenmaal is ontdaan van zijn pel.

Gewoonlijk wordt Plantago Ovata gebruikt omdat het gelerend en beschermend werkt.

De werking hiervan is maximaal bij de vezel.

Deze Plantago Ovata vezel kan tevens gebruikt worden als een smaakloos natuurlijk geleermiddel voor sausen en als verdikkingsmiddel voor (nog) ongebakken taarten.

De hoeveelheid moet gedoseerd worden in functie van de stevigheid die men aan een gerecht wil geven, een kwestie van uitproberen op kleine schaal.

Zijn voornaamste toepassingen liggen echter op het terrein van de schoonmaak van de darm.

Plantago Ovata wordt gezien als de vrijmaker van aanslag / plaque op de darm, transitverbeteraar en werkt gunstig bij diarree wanneer deze te wijten is aan irritatie van het darmslijmvlies. Plantago Ovata is een bulkvormer, een vezel product, maar in tegenstelling tot alle andere vezelproducten die irritatie van de darm opwekken, totaal zonder enige prikkeling.

Zelfs al wordt Plantago Ovata soms als laxatief gezien, werkt hij niet als andere laxatieven die spiercontracties (spasmen) van de darm opwekken.

Terwijl de meeste laxantia constipatie in de hand werken, werkt Plantago Ovata als een technische transportverbeteraar op voedingsniveau en houdt niet de risico's in zich die laxeermiddelen kenmerkt.

Samenstelling van Nova Vitae Plantago Ovata Psyllium Vezels:

Een opgehoopte maatlepel* bevat:

Plantago Ovata Psyllium Vezels 4 gram

*Maatlepel is bijgeleverd.

Ingrediënten van Nova Vitae Plantago Ovata Psyllium Vezels:

100% puur Psyllium vezels (Plantago Ovata).

Dit product is geschikt voor zowel vegetariërs als veganisten

Gebruik van Nova Vitae Plantago Ovata Psyllium Vezels:

2 maal 2 opgehoopte maatlepels (4 gram per maatlepel) ruim voor een maaltijd gemengd door water of sap innemen tenzij anders geadviseerd door uw gezondheidsprofessional.

Het daarna drinken van 6 tot 8 glazen water vergroten het effect.

De aanbevolen dagelijkse dosering niet overschrijden.

Een gezonde levensstijl en een evenwichtige en gevarieerde voeding zijn erg belangrijk.

Een supplement van Nova Vitae is daarom geen vervanging van een gevarieerde voeding of een evenwichtige levensstijl maar kan wel een goede aanvulling zijn.