

Hoe belangrijk zijn de darmen voor je gezondheid?

Gezonde voeding bevat belangrijke voedingsstoffen die het lichaam nodig heeft, zoals kalk, vitamines en mineralen. Maar gezond eten alleen is niet voldoende! Deze voedingsstoffen moeten ook uit de voeding worden gehaald. Dat is het werk van de darmen. Als je darmen in conditie zijn, verloopt dit proces zo efficiënt mogelijk. De waardevolle stoffen in je voeding worden dan ten volle benut. Daardoor voel je je fit en heb je meer weerstand en energie. Soms kunnen je darmen ter aanvulling op de voeding steun nodig hebben om voedingsstoffen goed op te nemen.

Het kan zijn dat je je soms moe en futloos voelt terwijl je toch gezond eet. Je darmen zijn dus van essentieel belang voor het behouden van je gezondheid.

Het hoe en waarom van de darmflora

De darmen verwerken onze voeding met behulp van de darmflora. De darmflora is een grote verzameling bacteriën die de waardevolle voedingsstoffen uit onze voeding halen zodat ons lichaam die kan gebruiken. In een gezonde darm zijn deze bacteriën in de juiste hoeveelheid en in de juiste samenstelling aanwezig. Dan is de darmflora in balans en zijn je darmen in conditie. Als dat het

geval is, worden voedingsstoffen goed opgenomen en afvalstoffen afgevoerd.

LacPure houdt je darmflora in balans

Niet iedereen let er op om elke dag gezond te eten, drinken en genoeg te bewegen. Als je minder regelmatig leeft, tijdelijk wat gespannen bent of tijdens een vakantie afwijkt van je normale eetpatroon, kan dit invloed op je darmflora hebben. Je kunt je darmen dan een handje helpen door elke dag een zakje LacPure te gebruiken. LacPure bevat de stof lactitol wat de darmen helpt om de noodzakelijke bacteriën aan te maken. LacPure voegt dus geen bacteriën toe, zoals som-

mige andere producten, maar het zet het lichaam zelf aan het werk om een goede darmflora te bevorderen. LacPure houdt je darmen dus in conditie, zodat je weet dat je voedingsstoffen goed worden opgenomen en de afvalstoffen doelmatig worden afgevoerd. Dat laatste merk je aan het behoud van een regelmatige ontlasting.

Bovendien voel je je fit, energiek en heb je een goede weerstand.

Hoe gebruik je LacPure?

Het is aan te raden LacPure iedere dag te gebruiken. Mocht je het toch een dag vergeten dan is dat geen probleem want LacPure zet je darmen

immers zelf aan het werk om je darmflora in balans te houden. Zolang je het zelf als prettig ervaart kan LacPure langdurig gebruikt worden. Wel moet het minimaal 14 dagen gebruikt worden om verschil te merken.

Het is niet strikt noodzakelijk om LacPure iedere dag op hetzelfde moment in te nemen, maar voor het ontbijt of voor het avondeten is het makkelijkst om te onthouden en geeft een vaste routine. LacPure kan in feite met alle dranken en voeding gemengd worden. Het mengt het beste in warme dranken zoals koffie of thee, maar het kan ook prima ingenomen worden met yoghurt of vla.

Vragen over LacPure

1. Wat is lactitol?

Lactitol is gemaakt uit lactose, ook wel melksuiker genoemd. Lactitol bevat echter niet meer dan 0,1 gram lactose (één glas melk bevat 10 gram lactose, dus dat is 100 keer meer). Mensen met een lactose intolerantie (oftewel een tekort aan lactase enzym) kunnen vaak goed beperkte hoeveelheden lactose verdragen zoals in lactitol.

2. Zitten er gluten in LacPure?

Nee, LacPure is dus ook geschikt voor mensen met coeliakie en mensen die een glutenvrij dieet volgen.

3. Zitten er (kunstmatige) toevoegingen in LacPure?

Nee, LacPure is vrij van conserveermiddelen en kunstmatige geur-, kleur-, en smaakstoffen.

4. Hoeveel calorieën bevat LacPure?

LacPure bevat geen calorieën. Dat is wel zo prettig als je een beetje op je gewicht wilt letten.

5. Heeft LacPure invloed op de medicijnen die ik gebruik?

LacPure kan met ieder medicijn gecombineerd worden, behalve diarreeremmers en laxeremiddelen.

6. Krijg je van LacPure luie darmen?

Nee, integendeel. LacPure zet de darmen juist aan om hun natuurlijke werk te blijven doen.

7. Kan LacPure ook door kinderen gebruikt worden?

Ja, LacPure is geschikt voor kinderen vanaf 7 jaar. In geval van darmproblemen bij kleinere kinderen is het raadzaam om een arts te raadplegen.

8. Kun je LacPure gebruiken als je zwanger bent

Ja, LacPure komt niet in het bloed en dus ook niet bij de baby. Tijdens de zwangerschap kunnen

vrouwen vaak wat steun gebruiken bij de spijsvertering, waarbij LacPure kan helpen. Bij twijfel is het altijd goed om je behandelende arts te raadplegen.

9. Kunnen diabetici LacPure gebruiken?

Ja, LacPure is geschikt voor diabetespatiënten want het bevat geen suiker.

Bijzonderheden

De aanbevolen dagelijkse portie niet overschrijden.
Gebruik voedingssupplementen niet als vervanging van een gevarieerde voeding.

Buiten bereik van kinderen bewaren.
Kan bij overmatig gebruik laxerend werken.
Kan sporen van lactose bevatten.

VEMEDIA B.V. Weesp

Voor meer informatie:
Vemedia Informatielijn 0800 0233366 (gratis)
www.vemedia.nl

LacPure[®]
In koffie, thee,
yoghurt en
cornflakes...