Инструкция по применению
Семена льна молотые 400 г

Характеристики

Форма выпуска: Растительное сырье
Страна: Россия
Производитель: Реалкапс
Порядок отпуска: без рецепта
Количество в упаковке: 1



Описание

СЕМЕНА ЛЬНА МОЛОТЫЕ - 100% натуральный продукт - не содержит консервантов, ароматизаторов, красителей и других добавок.Способствует: улучшению пищеварения очищению от шлаков и токсинов активации обменных процессовВ суточной дозировке содержится:Компонент Содержание в 15 г, не менее Удовлетворение суточ. потребности от адекватного уровня потребления, %Флаволигнаны в пересчете на силибин 4,5 мг 15ПНЖК омега-3 750 мг 37,5Растворимые пищевые волокна 1 г 50Нерастворимые пищевые волокна 6 г 30Пищевая ценность в 100 г, не менее: белки - 36 г, жиры - 10 г, углеводы - 10 г, энергетическая ценность - 1540 кДж/370 ккал. Растворимые и нерастворимые пищевые волокна, называемые также клетчаткой, - составная часть растительной пищи, которую человеческий организм не может переварить и, соответственно, усвоить. Однако роль клетчатки в пищеварении и, в конечном счёте, в обеспечении жизнеспособности человека трудно переоценить. Присутствие пищевых волокон в рационе необходимо.Растворимые волокна в присутствии воды образуют в кишечнике гелеобразное вещество, а нерастворимая клетчатка при прохождении через желудочно-кишечный тракт сохраняется в изначальном виде.Растворимая клетчатка мягко обволакивает и успокаивает раздраженную слизистую оболочку желудка и кишечника - полезна при гастрите, повышенной кислотности желудка, язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки. Известно, что растворимая клетчатка препятствует усвоение жиров и холестерина, поступающего с пищей и может помочь снизить уровень холестерина или количество свободного холестерина в крови. Растворимые пищевые волокна замедляют всасывание углеводов, предотвращая резкие скачки уровня сахара

(глюкозы) в крови.Кроме того, растворимая клетчатка - это пребиотик. Она стимулирует роста полезных микроорганизмов, обитающих в толстой кишке. Нерастворимые пищевые волокна, проходя по желудочно-кишечному тракту, поглощают жидкость и осаждают на себя различные токсины, вредные вещества, а также побочные продукты, образующиеся в процессе пищеварения. В присутствии нерастворимой клетчатки усиливается перистальтика и повышается скорость продвижения пищи по желудочно-кишечному тракту, что препятствует развитию запоров.Оба вида клетчатки влияют на возникновение чувства насыщения: растворимая клетчатка замедляет скорость переваривания пищи, а нерастворимые волокна физически заполняют пространство в желудке и кишечнике, способствуя ощущению наполнения. Эти свойства могут помочь людям контролировать аппетит и управлять своим весом.Благодаря полезным свойствам клетчатки, диета богатая ею, приводит к снижению риска возникновения таких заболеваний как: ожирение, сердечно-сосудистые заболевания, диабет, метаболический синдром дивертикулит кишечника, геморрой, колоректальный рак.Использование пищевых волокон в питании одобрено организациями здравоохранения многих стран, такими как Комиссия по надзору за продовольствием и лекарственными средствами (FDA), Американская ассоциация кардиологов (AHA), Европейская комиссия по функциональным пищевым продуктам (FUFOSE), Министерство здравоохранения Японии.Омега-3 полиненасыщенные жирные кислоты входят в состав клеточных мембран и кровеносных сосудов, не синтезируются в нужных количествах в организме человека и являются одним из необходимых компонентов полноценного здорового питания.Силибин обладает гепатопротекторным, антиоксидантным, иммуномодулирующим, противораковым действиями.Семена льна молотые производятся в собственном маслоцехе АО «РеалКапс» в Ростовской области. Мы тщательно контролируем процесс производства продукта, основываясь на системе принципов обеспечения качества и безопасности пищевой продукции ХАССП (англ. HACCP).

Состав

Семена льна молотые.

Форма выпуска

Растительное сырье

Показания

Рекомендуется в качестве биологически активной добавки к пище - дополнительного источника растворимых и нерастворимых пищевых волокон, полиненасыщенных жирных кислот омега-3, содержащей флаволигнаны.

Способ применения и дозы

Взрослым по 1 столовой ложке (7,5 г) 2 раза в день во время еды. Продолжительность приёма - 1 месяц. При необходимости прием можно повторить.Способы употребления: 1. Залить стаканом (200 мл) горячего молока или воды, тщательно перемешивая до образования однородной массы. Накрыть крышкой и дать постоять 2 минуты. Соль, сахар, мед, варенье добавить по вкусу.2. Добавлять в блюда (каши, сухие завтраки, салаты и другие блюда) или напитки (кефир, йогурт, смузи и другие напитки).

Противопоказания

Индивидуальная непереносимость компонентов.

Особые указания

Биологически активная добавка (БАД) к пищеНе является лекарственным средством. Перед применением рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Условия хранения

В сухом, защищенном от прямых солнечных лучей, недоступном для детей месте при температуре не выше 25°С.