

Florachron® ist eine chronobiologische Zusammensetzung von Probiotika (morgens) und Präbiotika (abends) zur Ergänzung aller Vitalstoffe, die ernährungsbedingt fehlen oder die auf Grund bestimmter Lebensstile vermehrt benötigt werden, um eine normale Darmflora aufrechtzuerhalten.

Grundlagen:

Im Ökosystem der Verdauung sind 400 bis 500 verschiedene Bakterienarten angesiedelt. In der Flora des Dünndarms und Dickdarms dominieren Bakterien mit nützlichen Eigenschaften gegenüber Keimen, die Krankheiten verursachen. Diese «freundlichen» Mikroorganismen erhalten die Immunabwehr, unterstützen die Nährstoffaufnahme und ermöglichen die Beseitigung von unverdauten Nahrungsresten, welche im Idealfall dann ausgeschieden werden. So können Proteine, Fette, Kohlenhydrate, Vitamine, Mineralien und sekundäre Pflanzenbestandteile vom Körper problemlos aufgenommen werden. Die Darmschleimhaut aktiviert darüber hinaus Immunzellen, die über die Lymphbahnen in alle Teile unseres Körpers verteilt werden und so unser Immunsystem stärken.

Eine optimale Darm-Kur besteht aus zwei Schritten, die dem Tagesrhythmus des Körpers entsprechen. Zunächst werden lebende Bakterien (Probiotika) bereitgestellt, um die Bakterienflora im Darm zu normalisieren. Dann werden faserige Stoffe zugeführt, die vom menschlichen Verdauungssystem nicht verdaut werden können (Präbiotika), aber ein perfektes inneres Milieu für die Probiotika schaffen und sicherstellen, dass die «freundlichen» Bakterien an der Darmwand haften und im Verdauungstrakt optimale Bedingungen vorfinden.

Probiotika:

Probiotische Nahrungsmittel umfassen u.a. Käse, Milch, Kefir, Joghurt, Sauerkraut, Kimchi, Miso und Topinambur. Auch fermentierte Getränke wie Kombucha gehören dazu. All diese Nahrungsmittel enthalten mehr oder weniger folgende Bakterien:

Lactobacillus acidophilus: Dieses Bakterium bildet während der Nahrungsverwertung mehrere Stoffe (z. B. Milchsäure), die für unerwünschte Mikroorganismen ein ungünstiges Klima schaffen. Durch die Produktion von Niacin, Folsäure und Pyridoxin kann Lactobacillus auch zur Bildung einer normalen Darmflora beitragen. Milchsäure produzierende Bakterien können zur Unterstützung des Immunsystems beitragen, normales Zellwachstum fördern und dabei helfen, den Cholesterinspiegel im normalen Bereich zu halten. Es ist jedoch notwendig, dass diese freundlichen Bakterien in ausreichender Zahl vorhanden sind, damit sie die Magensäurebarriere, die im Magen vorhanden ist, überwinden und so den Darm lebend erreichen können.

Der **probiotische Lactobacillus plantarum** – von dem allgemein bekannt ist, dass er in fermentiertem Sauerkraut enthalten ist – wandelt Sauerstoff in Wasserstoffperoxid um. Diese Flüssigverbindung tötet unerwünschte Bakterien ab und zerstört etwaige Gifte.

Lactobacillus paracasei ist ein Probiotikum, das Kohlenhydrate im Darm in Milchsäure, Essigsäure und Wasserstoffperoxid umwandelt und so eine effiziente Verdauung ermöglichen kann. Lactobacillus paracasei baut auch den Zucker in Milchprodukten effektiv ab.

Zudem hat sich gezeigt, dass dieser probiotische Stamm dank seiner Abbauprodukte das Immunsystem unterstützen kann.

Der **Lactobacillus rhamnosus** bewies unter 52 Stämmen eine besondere Widerstandskraft gegen krankmachende Bakterien, sowie gegen die Magensäure. Er haftet besonders intensiv an der Darmschleimhaut an und hilft so den anderen Probiotika heranzuwachsen.

Das **Bifidobacterium bifidum** wirkt insbesondere im Dickdarm, wo es ebenso wie andere Darmsymbionten B-Vitamine produziert und die Aufnahme von Vitaminen, Calcium und anderen Mineralstoffen unterstützen kann. Die Milchsäure und Essigsäure, die von den symbiotischen Darmbakterien produziert werden, können den Säuregehalt im Darmtrakt verbessern, und ihn widerstandsfähiger gegen krankmachende Bakterien und Schimmelpilze machen. Dabei wird die Umwandlung von Nitrat (in Gemüsen) in Nitrite gehemmt.

Bifidobacterium lactis ist ein probiotischer Superstar, der mit einer Vielzahl von Vorteilen in Verbindung gebracht wurde. Es wurde u.a. gezeigt, dass B. lactis, Vorteile in Bezug auf das metabolische Syndrom bieten kann.

Saccharomyces boulardii hingegen ist eine Hefe mit probiotischen Eigenschaften. Ursprünglich wurde diese Hefe auf den Schalen von Mangostan- und Litschifrüchten gefunden und kann bei Verdauungsstörungen eingesetzt werden. Wie andere probiotische Stämme, kann auch S. boulardii ein starkes Immunsystem fördern.

Präbiotika:

Zehntausende Pflanzen enthalten Fructo-Oligosaccharide (FOS), die auch als Präbiotika bekannt sind. Besonders hohe Konzentrationen dieser Fasern finden sich in Roggen, Knoblauch, Zwiebeln, Bananen, Klette und Honig. Mangels bestimmter Enzyme im Verdauungssystem, können FOS vom Menschen nicht vollständig verdaut werden, sondern werden in **kurzkettige Fructo-Oligosaccharide (scFOS)** umgewandelt, die an der Schleimhaut des Darmtraktes anhaften. Auf diese Weise bieten sie einen perfekten Nährboden für die «freundlichen» Bakterien, die in der Lage sind, diesen Zucker aufzunehmen und zu verdauen.

Inulin, das eng mit Fructo-Oligosacchariden verwandt ist, ist ein Polysaccharid, das von bestimmten Pflanzen produziert wird und auch als Alantstärke bezeichnet wird. Dieser Pflanzenstoff, der aus Zichorienwurzelfasern und der Jerusalem-Artischocke (Topinambour) gewonnen wird, funktioniert wie effektive präbiotische Ballaststoffe und kann den nützlichen Bakterien im Verdauungstrakt helfen zu gedeihen. Wenn sich Inulin und seine verwandten Stoffe im Darm anreichern, können ihre zusätzlichen bakteriostatischen Eigenschaften auch zur Wiederherstellung einer normalen Darmflora beitragen. Inulin quillt auch im Magen an und kann helfen, das Hungergefühl einzudämmen.

Ausgewogene Mineralmischungen können das Säure-Basen-Gleichgewicht optimieren, das Gedeihen einer normalen Darmflora unterstützen und die Aufnahme von wertvollen Mikronährstoffen durch den Körper verbessern.

Sollte die Aufnahme dieser Prä- und Probiotika durch die Ernährung nicht ausreichen oder ein erhöhter Bedarf bestehen, können diese Symbiotika durch spezielle Nahrungsergänzungsmittel supplementiert werden. Einige dieser Nährstoffe werden morgens besser vertragen und aktivieren den Körper, andere hingegen werden zum Abend besser verwertet und unterstützen die Regeneration. Chronobiologisch ausgerichtete Produkte tragen diesem Sachverhalt entsprechend Rechnung.

Inhaltsstoffe:

AM Kapsel (Morgen, transparent)

	pro Kapsel	Tagesdosis
Probiotischer Komplex (Enthält: Saccharomyces boulardii, Bifidobacterium bifidum, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus rhamnosus, Lactobacillus paracasei, Lactobacillus plantarum, Bifidobacterium lactis)	10 Mrs.* CFU** (509 mg)	20 Mrs.* CFU** (1018 mg)
scFOS (kurzkettige Fructo-Oligosaccharide)	130 mg	260 mg

Andere Inhaltsstoffe: Mikrokristalline Zellulose, Magnesiumstearat.

* garantierte Menge an lebenden Bakterien zum Zeitpunkt der Abfüllung

** CFU = Koloniebildende Einheit

PM Kapsel (Abend, blau)

	pro Kapsel	Tagesdosis
scFOS (kurzkettige Fructo-Oligosaccharide)	450 mg	900 mg
Inulin (aus Zichorienwurzelfaser und Jerusalem Artischocke)	160 mg	320 mg
Coral Calcium®	12,5 mg	25 mg

Andere Inhaltsstoffe:

Magnesiumstearat, SiO₂, Tricalciumphosphat.

Verzehrempfehlung:

Im Normalfall 2 Kapseln AM (transparent) morgens und 2 Kapseln PM (blau) abends zu den Mahlzeiten mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

Das Produkt ist vegetarisch, glutenfrei, laktosefrei, nicht gentechnisch verändert.

Kapselhülle vegetarisch.

Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Lichtgeschützt und trocken bei Raumtemperatur lagern.

Die publizierten Informationen sind keine Heilaussagen und nicht als Aufforderung oder Anregung zur Selbstmedikation gedacht.

Einige der oben getroffenen Aussagen zu einzelnen Mikronährstoffen sind zwar aus wissenschaftlichen Arbeiten abgeleitet, aber von den offiziellen Behörden wie z.B. der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) als „noch nicht ausreichend belegt“ eingestuft worden, sodass keine positive Wirkung bestätigt werden kann.

Das hier beschriebene Produkt wurde weder von der Food and Drug Administration (FDA; USA) noch der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA; Europa) abschließend bewertet.

Dieses Produkt ist nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt.

Irrtum sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten. VBX-1-24

Hersteller



VitaBasix®

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | info@vitabasix.com