

# die **FITMACHER** Supplements

*Dr. Kirchmayr*

## PROBIOTIKUM +

Der Premium-FITMACHER für die Darmgesundheit.

Eine wissenschaftlich fundierte, erprobte und potente Auswahl an Bakterienstämmen für ein gesundes Verdauungssystem.

### INHALTSSTOFFE

- // Mischung von Bakterienstämmen
  - Lactobacillus acidophilus
  - Lactobacillus rhamnosus
  - Streptococcus thermophilus
  - Lactobacillus casei
  - Lactococcus lactis
  - Bifidobacterium bifidum
  - Bifidobacterium breve
  - Bifidobacterium longum
- // Lactobacillus reuteri
- // Inulin
- // Lactobacillus plantarum
- // Vitamin D3

### PRODUKTMERKMALE

- // zertifizierte österreichische Manufaktur
- // frei von unnötigen Zusatzstoffen (z.B. keine Stearate)
- // hochwertige Verpackung aus Miron Violetglas
- // 60 Kapseln

### INFORMATION ZUM PRODUKT

Als Probiotika werden lebende Mikroorganismen bezeichnet, die dem Wirtsorganismus – also dem Menschen – einen gesundheitlichen Nutzen bringen, sofern sie in ausreichender Menge verabreicht werden.

Die lebenden Bakterien gelangen nach der Einnahme in den Dünndarm und können sich dort vermehren, ansiedeln und ihre Wirkung entfalten. Sie wirken „antibakteriell“ gegen Krankheitserreger, in dem sie diese verdrängen, unterstützen das Immunsystem und die Darmfunktion.

### WAS IST DAS MIKROBIOM?

Darmmikrobiom ist ein Sammelbegriff für die Milliarden von Bakterien, Viren und Pilzen, die unseren Darm bewohnen. Man mag vielleicht meinen, dass diese Besiedelung des Darmes schädlich für den Körper sein kann – das Gegenteil

ist der Fall. Ist das Mikrobiom in einer gesunden Balance, hilft es dem Menschen sogar Nahrungsbestandteile besser aufzuschlüsseln, produziert Vitamine, Hormone und viele andere Stoffe und beschützt uns vor Krankheitserregern. Es unterstützt vor allem auch den Darm, der die größte Außenoberfläche unseres Körpers darstellt bei seiner wichtigen Barrierefunktion.

Entscheidend ist aber, dass die Konstellation an gesundheitsfördernden und gesundheitsschädlichen Bakterienarten sich in Balance befindet.

Einseitige ungesunde Ernährung mit zu wenig Ballaststoffen, Stress, starke körperliche Belastungen wie Leistungssport, Giftstoffe wie Alkohol und vieles mehr können dem Mikrobiom aber schaden. Es kommt zu einem Missverhältnis. Krankheitserreger können sich ansiedeln und der Darm kann



seine vielen Aufgaben nicht mehr richtig erledigen. Die Folgen sind vermehrte Infekte, zunehmende Unverträglichkeiten und Allergien, Müdigkeit, Abgeschlagenheit und vieles mehr. Da die Ursachen und Folgen einer Störung des Mikrobioms mannigfaltig sind, beschäftigt sich auch die aktuelle wissenschaftliche Forschung intensiv mit dieser Thematik und bringt fast täglich neue Erkenntnisse zu Tage.

### WAS IST PROBIOTIKUM+ ?

PROBIOTIKUM+ liefert die Bakterienstämme, die für eine gesunde Darmflora entscheidend sind. Die ausgewählten Stämme stellen die aktuelle wissenschaftliche Empfehlung dar. Sie können sich ansiedeln und so ein gesunde Darmmilieu mit dem, für den Körper förderlichen Bakterienstämmen schaffen.

PROBIOTIKUM+ liefert auch zusätzlich Präbiotika. Das heißt, es enthält nicht nur die Bakterienkulturen, sondern auch gleichzeitig wichtige Ballaststoffe, die als Nahrung für die Bakterien dienen. Statistisch gesehen befinden sich in unserer Ernährung zu wenig Ballaststoffe. Diese Ballaststoffe dienen jedoch unserem Mikrobiom als Nahrung. Daher macht es Sinn, bei der Ernährung auf eine ausreichende Zufuhr von Ballaststoffen zu achten, aber auch bei PROBIOTIKUM+ diese Nahrung der Bakterienstämme hinzuzufügen.

### Für wen ist PROBIOTIKUM+ sinnvoll?

- // PROBIOTIKUM+ kann den Körper in unterschiedlichsten Situationen unterstützen. Diese Situationen lassen

sich aber leicht aus der Darm-Mikrobiomfunktion an sich und ihren Folgen bei Schädigung herleiten.

- // PROBIOTIKUM+ Im Rahmen der dieFITMACHER DARMSANIERUNG+ zum Aufbau und Erhaltung einer gesunden Darmschleimhaut und eines gesunden balanciertem Mikrobioms nach der DARMDETOX+ Phase.
- // PROBIOTIKUM+ im Rahmen eines gastrointestinalen Infektes. Wir empfehlen hier die Einnahme morgens und abends mit viel Flüssigkeit.
- // PROBIOTIKUM+ bei erhöhter Infektanfälligkeit und Allergien. Wir empfehlen hier die Einnahme abends vor dem Schlafengehen mit viel Flüssigkeit. In diesen Fällen erhöht sich der Effekt durch eine generelle Darmsanierung, sowie in Kombination mit unserem IMMUN+ bzw. ALLERGIE+.
- // PROBIOTIKUM+ während und nach Antibiotikagabe. Wir empfehlen die Einnahme morgens und abends mit viel Flüssigkeit.
- // PROBIOTIKUM+ bei Reizdarmbeschwerden. Wir empfehlen die Einnahme abends vor dem Schlafengehen mit viel Flüssigkeit. Auch hier würde sich eine generelle Darmsanierung durch dieFITMACHER DARMSANIERUNG+ anbieten!



### HINWEIS:

*Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung und gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene Tagesdosis darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Bei Allergien oder Nahrungsunverträglichkeiten beachten Sie bitte die Zutatenliste des Produktes. Nahrungsmittelergänzung gemäß EU-Richtlinie 2002/46/EG. Oben angeführte Informationen stellen keine Heilaussagen oder Aufforderung zur Selbstmedikation dar. Dieses Produkt ersetzt keinen Besuch beim Arzt. Kein Arzneimittel. Druck- und Satzfehler vorbehalten. Stand Juni/2022.*