

ОРЛИКС®

(RU)

Информация по применению биологически активной добавки к пище

Свидетельство о государственной регистрации:
№ RU.77.99.88.003.E.005720.12.18 от 21.12.2018
БАД. Не является лекарственным средством.

Состав:

Кальция гидрофосфата дигидрат (носитель), целлюлоза, микрокристаллическая (носитель); кроскарамеллоза (носитель), альфа-галактозидаза, магний стеарат (агент антислеживающий). Не содержит ГММ, лактозы, молочных белков, красителей, ароматизаторов и консервантов. 1 таблетка содержит 5 мг активного компонента альфа-галактозидазы, что соответствует 150 МЕ ферментативной активности галактозидазы.

Энергетическая ценность на 1 таблетку:
0,1 ккал – 0,5 кДж.

Пищевая ценность на 1 таблетку:

Белки – 0,005 г; жиры – 0,002 г, в том числе насыщенные жирные кислоты – 0,002 г; углеводы – 0 г; пищевые волокна – 0,058 г; соль – 0,001 г.

Активный компонент:

Альфа-галактозидаза – фермент, расщепляющий так называемые олигосахариды (сложные сахара) до более простых форм, которые легко усваиваются. Бобовые, овощи, цельные злаки, отличаются высоким содержанием олигосахаридов, которые у большинства людей плохо усваиваются. Попадая в неизменном виде в толстый кишечник, олигосахариды сбрасываются бактериями с высвобождением избыточного количества газов, что приводит к вздутию, урчанию и боли в животе. Альфа-галактозидаза обеспечивает отсутствующую в организме человека ферментную активность, предотвращая поступление олигосахаридов в толстый кишечник в нерасщепленном виде.

Область применения:

Биологически активная добавка к пище – источник пищеварительного фермента альфа-галактозидазы. Помогает предотвратить вздутие живота, вызванное употреблением в пищу продуктов, вызывающих метеоризм.

Рекомендации по применению:

Взрослым и детям старше 3 лет по 1-3 таблетки с первыми порциями пищи при употреблении продуктов, вызывающих метеоризм: всех видов фасоли (белой, красной, коричневой и их комбинаций), чечевицы, салатов, капусты (белой, красной), колбасы, брюссельской капусты, цветной капусты, брокколи, лука, чеснока, моркови, петрушек, мухи и мучных изделий (особенно цельных семян зерновых), фисташек, семян кунжута, сои и соевых продуктов (соевого молока, тофу). Перед применением рекомендуется проkonсультироваться с врачом. Перед применением БАД детям необходимо проанализироваться с врачом-педиатром. Детям до 14 лет принимать по согласованию и под наблюдением врача-педиатра.

Противопоказания:

Индивидуальная непереносимость компонентов БАД.

Форма выпуска:

30 таблеток по 0,3 г с информационной листовкой в пачке картонной.

Срок годности:

3 года.

Условия хранения:

Хранить при комнатной температуре не выше 25°С

Изготовитель:

Generica spol. s r.o., Vrbovska 39,921 01 Piešťany, Словакия.
По заказу АО «Валента Фарм» Российской Федерации

Организация-импортер и организация, уполномоченная изготовителем принимать претензии от потребителей на территории РФ:
АО «Валента Фарм», Российская Федерация, 141101,
Московская обл., г. Щелково, ул. Фабричная, 2,
Телефон: +7 (495) 933-48-62, факс: (495) 933-48-63

Организация, принимающая претензии на территории РК:

ТОО «Валента Азия», Республика Казахстан, 050009, город Алматы, Алмалинский район, проспект Абая, дом № 151, офис №1102.
Телефон: (727) 334 1551



(KZ)

Тағамға биологиялық белсенді қоспасын қолдану жөніндегі ақпарат

Мемлекеттік тіркеу туралы күлік №:
№ RU.77.99.88.003.E.005720.12.18 от 21.12.2018
ББК, Дәрінің қатарына жаттайды.

Құрамы:

Кальций гидрофосфаты дигидраты (тасымалдағышы), микрокристаллы, целлюлоза (тасымалдағышы); кроскарамеллоза (тасымалдағышы), альфа-галактозидаза, магний стеараты (нығыздалуға карсы белік). Құрамында ГММ, лактоза, сүт ақуыздары, боязыштар, хош істендіріштер мен сақтауыштар жок. 1 таблеткасының құрамында белсенді құрамблігі альфа-галактозидазаның 5 мг бар, бул галактозиданың ферменттік белсенділігінің 150 МЕ сайкес келеді.

1 таблеткасының энергетикалық құндылығы:
0,1 ккал – 0,5 кДж.

1 таблеткасының тағамдық құндылығы:
Ақуыздар – 0,005 г; майлар – 0,002 г; оның ішінде, қанықкан майдың қышқылдары – 0,002 г; көмірсула – 0 г; тағамдық талышқар – 0,058 г; тұз – 0,001 г.

Белсенділік:

Альфа-галактозидаза — олигосахаридтерді (курделі қанттар) жөніл сіңітіп қаралаптың түріне дейін ыдыралатын фермент. Бұраңа тықылдастыр, көкенестер, тұтас дәнді дәкүйдер көпшілік адамдарда нашар сіңітіп олигосахаридтердің жогары молшерімен ерекшеленеді. Олигосахаридтер егереген түрде ток ішкекке түсіп, бақтериялармен ашытын үрдіске үшіріл, артық мөшіндерде газдарды шығарады. Альфа-галактозидаза адам организмінде жок ферменттік белсенділікі қамтамасыз етіп, олигосахаридтердің ток ішкекке ыдыралатын түсінің алдын алады.

Қолдану аясы:

Тағамға биологиялық белсенді қоспа — ас қорыту ферменті – альфа-галактозидазаның көзі ретінде ұсынылады. Желденеді тұзның тұтынудатын енімдерді тағамға тұтынудан болатын іштік кебүйнің алдын алуға комектеседі.

Қолдану тасылі:

Қолдану бойынша ұсыныстар: ересектерге және 3 жастаң асқан балаларға 1-3 таблеткадан, іштік кебүйн тұнудатын келесі енімдердің алғашы үлесінен бірге қабылдау қажет: урме бұраңтын барлық түрімден (ақ, қызыл, қоңыр және олардың бірігімен), жасымынен, салаттармен, қырыққабаттен (ақ, қызыл), колрабимен, брюссельской капусты, цветной капусты, брокколи, лука, чеснок, морковь, петрушки, муми и мучных изделий (особенно цельных семян зерновых), фисташек, семян кунжута, сои и соевых продуктов (соевого молока, тофу). Кодану алдында дәрігермен көнсө қажет. Балалар ББК қолдану алдында педиатр-дәрігермен көнсө қажет. 14 жасқа дейінгі балаларға дәрігер-педиатрдың мақұлдауымен немесе бақылаудың қабылдауда қажет.

Қарсы көрсетімдері:
БҚҚ құрамбліктерин жеке көтере алмау.

Шығарылу түрі:
0,3 г-нан 30 таблетка, ақпараттық үндеу парагаймен картон пачкеде.

Жарып ылғы мерзімі:
3 жыл.

Сақтау шарттары:
25°С-тан аспастын бөлме температурасында сақтау қажет.

Дайындауды:
Generica spol. s r.o., Vrbovska 39,921 01 Piešťany, Словакия.
Тапсырысы бойынша: «Валента Фарм» АҚ, Ресей Федерациясы.

Импорттаушы-үйім және дайындаудың ҚР аумағында тұтынушылардың шағым-талаптарын қабылдаудаға екілтегі үйім:
«Валента Фарм» АҚ, Ресей Федерациясы, 141101, Мәскеу обл.,
Щелково қ., Фабричная көшесі, 2, телефон (495) 933-48-62,
факс (495) 933-48-63

ҚР аумағында шағым-талаптарды қабылдайтын үйім:
Валента Азия "ЖШС, Қазақстан Республикасы, 050009, Алматы қ., Алмалы ауданы, Абай д., № 151 үй, №1102 кеңсе. Телефон: (727) 334 1551

Здоровое питание без границ

Питание и здоровье

«Если отец болезни неизвестен, то мать её — питание», говорили древние, да и современный человек понимает большое значение пищи для сохранения здоровья и долголетия. Тем не менее, даже домашняя еда бывает далека от идеала, не говоря уже о «фаст фуде». Для правильного функционирования пищеварительной системы в рационе должны присутствовать растительные продукты — источники пищевых волокон, или клетчатки, которые создают основу для здорового питания.

Польза пищевых волокон

Одно из замечательных свойств пищевых волокон — их способность удерживать воду. Морковь, яблоки, капуста, фасоль, в кишечнике по объему увеличиваются вдвое, стимулируя его нормальную перистальтику. Кроме этого пищевые волокна обладают свойством связывать и выводить токсические вещества. Без достаточного количества клетчатки в рационе не может быть и речи о нормальном балансе микрофлоры в кишечнике. Пищевые волокна создают благоприятные условия для развития полезных лакто- и бифидобактерий.

Досадные последствия

Иногда на пути к получению достаточного количества пищевой клетчатки встает преграда из-за неприятных сопутствующих эффектов. Многим знакомо чувство вздутия живота после употребления в пищу таких продуктов, как капуста, горох, фасоль, черный хлеб. Помимо высокого содержания клетчатки в этих продуктах также содержится много олигосахаридов, которые у большинства людей перевариваются в тонком кишечнике, а попадают в толстый кишечник, где расщепляются бактериями с образованием газов. В норме объемы образованных газов невелики, но с поступлением большого количества олигосахаридов газы выделяются в избытке (рис. 1). Повышенное газообразование (метеоризм) приводит к растижению кишечника, что ощущается как вздутие живота и может сопровождаться болью. Кроме очевидного физического дискомфорта метеоризм доставляет дискомфорт психологического — громкое учрежание живота, боязнь возникновения неловкой ситуации в общественных местах, в кругу друзей.

Решение проблемы

Устранив из рациона продукты, которые вызывают метеоризм, можно уйти от проблемы, но в свою очередь это сильно сужает выбор продуктов для здорового питания, практически исключая бобовые как источник растительного белка, а иногда делает невозможным приготовление любимых блюд по традиционным рецептам. Есть более гибкое решение проблемы избыточного газообразования при употреблении в пищу продуктов, вызывающих метеоризм. Биологически активная добавка Орликс® содержит активный компонент — фермент альфа-галактозидазу, которая ещё в тонком кишечнике расщепляет олигосахариды, содержащиеся в овощах, фруктах, бобовых и цельных злаках, до моносахаридов (рис. 2). Таким образом, к бактериям, живущим в толстом кишечнике, не поступают вещества, являющиеся причиной избыточного газообразования. Если у Вас есть опасения, что блюда на столе могут вызвать вздутие живота, то рекомендуется принимать Орликс® во время еды с первыми порциями пищи.



Шектеусіз салауатты тамақтану

Тамақтану және денсаулық

«Егер сырқаттың аекесі белгісі болса, анысы — тамақтану» — деп ежелгі адамдар айтқан, қазіргі адамдар да тағамның денсаулық пен үзак ғұмырдың сактаудағы зор мәнін түсінеді. Үй тағамының өзі мінсіз бола бермейді, «фаст-фудты» жайында айтаса да түсінікті. Ас қорыту жүйесі дұрыс қызмет ету үшін рационда есімдік текстес өнімдер болуы туыс — тағамдық талшықтардың көзі, олар салауатты тамақтанудың негізін құрайды.

Тағамдық талшықтардың пайдасы

Тағамдық талшықтардың тамаша қасиеттерінің бірі — суды ұстау қабілеті. Сәбіз, алма, қырыққабат, ұрме бұршақтың көлемі ішкесте екі есе үлгайтып, онның қалыпты жынысын ынталандырады. Сонымен қатар, тағамдық талшықтардың үйлітті заттектерді байланыстырып, шыгарылатын қасиеті бар. Рационда талшықтың жеткілікті мөлшері болмаса, ішкестік микрофлорасының қалыпты үйлесімі болмайды. Тағамдық талшықтар пайдада лакто- және бифидобактериялардың дамуы үшін онтайлы жағдай жасайды.

Жағымсыз салдары

Тағамдық талшықтардың жеткілікті мөлшерімен қоса кейде қосарланатын жағымсыз асерлері кездеседі. Қырыққабат, бұршақ, ұрме бұршақ, қара наң секілді өнімдерді тағамға туынғаннан кейін іштің кебуі көлшілік таңыс зөзім. Бул өнімдерде тағамдық талшықтардың жағары болыспен мөлшерін көрсетілмейстан, тоқ ішкестік түсінеді, онда газдар тузылумен бактериялармен ыдыраійды. Қалыпты жағдайда тузілтін газдардың көлемі шағын, бірақ, олигосахаридтердің ішкен мөлшерін тусумен газдар артық мөлшерде белінеді (1 сурет), газдардың артық тузылу (метеоризм) ішкестік созылуынан апарыды, бул іштің кебуі секілді сезілеңді және ауырсыну қосарланады. Айдан дин жайызыдьымен қатар метеоризм психологиялық жаісыздық ақеледі — іштің қатты шұрылдауы, қогамдық орындарда, таныстардың арасында қолайсыз жағдайдың пайда болуынан үрелену.

Мәселенің шешімі

Метеоризмді туындалатын өнімдерді рационнан алып тастап, мәселенің шешігүе болады, бірақ, бул өз алдына салауатты тамақтану үшін өнімдерді тандаудың ауқымын тарылтады, бұршақ тұқымдастарда есімдік текстес ақызыздың көзі болуынан кедегі келтіреді, кейде сүйікті тағамдарды дәстүрлі рецептілер бойынша әзірлеу мүмкіндігін айырда. Метеоризмді туындалатын өнімдерді тағамға туында газдардың артық тузылу мәселесін шешудің басқа інкемді шешімі бар. ОРЛИКС® тағамға биологиялық белсенді қосыныңын белсенді құрамблегі — альфа-галактозидаза ферменті, ол көкнөстерде, жемістерде, бұршақ тұқымдастарда және тұтас дәңді дақылдарда болатын олигосахаридтерді аш ішкесте моносахаридтерге дейін ыдыратады (2 сурет). Осылайша, тоқ ішкесте тіршілік етегін бактерияларға газдың артық тузылуінің себебін құрайтын заттектер түспейді. Егер үстелдегі тағам іштің кебүйн туындалатада деп қауптенсөн, тамақ ішүү кезінде тағамның алғашқы үlestерімен Орликс® қабылдауда ұсынылады.

