

GUT CARE | Kulturen Komplex

- 18 Bakterienkulturen zur Optimierung der Darmgesundheit
- 15 Milliarden mikroverkapselte KbE in magensaftresistenter Kapsel
- Vegan, gluten- und laktosefrei
- Ohne künstliche Zusatzstoffe
- Hergestellt in Deutschland

Stählt dein Immunsystem

GUT CARE unterstützt deine Darmflora mit probiotischen Bakterienkulturen und sorgt für die perfekte Balance deines Mikrobioms, das auch als „das zweite Gehirn“ bezeichnet wird. Es schafft so die Grundlage für mentale Ausgeglichenheit und ein bärenstarkes Immunsystem.

Die Kombination aus 18 probiotischen Bakterienkulturen und Präbiotika sorgt dafür, dass die nützlichen Bakterien gut verwertet werden, sich im Darm ansiedeln können und schädliche Bakterien vertreiben.

Inhalt

- 90 vegane Kapseln -

Dosierung

3 Kapseln täglich mit genügend Flüssigkeit einnehmen.

Zutaten: Oligofruktose, Inulin (aus der Zichorie), Mischung lebender Bakterienkulturen (Trägerstoff: Reisextrakt, Lactobacillus acidophilus, Lactobacillus plantarum, Bifidobacterium longum, Lactobacillus reuteri, Bifidobacterium lactis, Enterococcus faecium, Lactobacillus bulgaricus, Lactobacillus Salivarius, Lactobacillus paracasei, Bifidobac Bifidum, Lactobacillus casei, Streptococcus thermophilus, Lactobacillus crispatus, Lactobacillus Gasseri, Lactobacillus helveticus, Bifidobacterium infantis, Lactobacillus rhamnosus, Bifidobacterium breve), Pflanzl. Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose, Zinkgluconat.

Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Inhaltsstoffe pro 3 Kapseln

Lactobacillus acidophilus (microverkapselt)

Lactobacillus plantarum (microverkapselt)

Bifidobacterium longum (microverkapselt)

Lactobacillus reuteri (mikroverkapselt)

Bifidobacterium lactis (microverkapselt)	
Enterococcus faecium	
Lactobacillus bulgaricus	
Lactobacillus Salivarius (mikroverkapselt)	
Lactobacillus paracasei (microverkapselt)	
Bifidobac Bifidum (mikroverkapselt)	
Lactobacillus casei (mikroverkapselt)	
Streptococcus thermophilus (microverkapselt)	
Lactobacillus crispatus (mikroverkapselt)	
Lactobacillus Gasseri	
Lactobacillus helveticus	
Bifidobacterium infantis (microverkapselt mit Maisstärke)	
Lactobacillus rhamnosus (microverkapselt)	
Bifidobacterium breve (microverkapselt)	
Inulin (aus der Zichorie)	650mg
Oligofruktose	500mg
Zinkgluconat	6,6mg (20% NRV)

Of gestellte Fragen:

Warum ist ein gesunder Darm so wichtig?

Wusstest du, dass unser Darm auch unser zweites Gehirn genannt wird? Nach unserem Gehirn kommen an keinem anderen Ort so viele Nervenzellen vor, wie in unserem Darmtrakt. Das erklärt auch warum wir oft von unserem „Bauchgefühl“ reden. Wie unser Darm von unseren Gedanken gesteuert wird kennen wir, wenn wir starkem Stress ausgesetzt sind. Denn alle Nervenzellen benutzen dieselben Neurotransmitter wie Serotonin, Dopamin oder Gamma-Aminobuttersäure. Was also in unserem Gehirn passiert hat direkte Auswirkungen auf unseren Darm und umgekehrt.

Probiotika vs. Präbiotika

Probiotika enthalten lebende Bakterien, die sich im Darm ansiedeln sollen. Präbiotika sind meist unverdauliche Ballaststoffe, die bestimmte nützliche Bakterienarten zum Wachsen anregen. Die Einnahme eines Antibiotikums kann die Darmflora durcheinanderbringen. Viele schwören daher auf die Einnahme von einem Probiotikum und/oder Präbiotikum, um die durch das Antibiotikum zerstörte Darmflora wieder aufzubauen.

Wie beeinflusst der Darm das Gehirn?

Wie wichtig eine gesunde und ausgewogene Ernährung für unsere Gesundheit ist, ist jedem bekannt. Woran aber viele nicht denken, ist die Schnittstelle zwischen den gesunden Nährstoffen und ihrer Verwertung im Körper. Wer oder was sorgt in dafür, dass die Nährstoffe aus dem Essen in unsere Zellen gelangen, wo sie hingehören? Der Hauptbestandteil dieser Aufgabe wird vom Darm erledigt. Er hat den mit Abstand größten Einfluss auf die Nährstoffaufnahme in unserem Körper. Damit trägt der Darm zu unserer Gesundheit bei und beeinflusst beispielsweise unser Immunsystem und unser Gehirn.

Gute vs. schlechte Darmbakterien

In unserem Darm befindet sich eine Vielzahl von verschiedenen Bakterien. Die Darm-Bakterien spalten die Nahrung für uns auf und stellen so wichtige Stoffwechselprodukte her. Diese kann der Körper dann weiterverwenden. Außerdem werden durch diese Bakterien Giftstoffe abgebaut, Krankheitserreger unschädlich gemacht und die Darmschleimhaut gepflegt. Allerdings hat der Darm ein Gleichgewicht aus guten und weniger guten Bakterien. Wird dieses Gleichgewicht gestört, wie beispielsweise durch einseitige Ernährung oder Stress, können weitreichende Folgen mit dem Darm in Verbindung gebracht werden. Die Darm-Mikrobiota werden nachweislich mit Stoffwechselstörungen wie Adipositas, Diabetes mellitus und neuropsychiatrischen Erkrankungen wie Schizophrenie, Autismus, Angststörungen und depressiven Erkrankungen assoziiert.