

# Fiber

**DuoLife Fiber** – это биологически активная добавка в жидкой форме, содержащая комплекс растворимой пищевой клетчатки из 4 источников и запатентованные фирменные формулы растительных экстрактов: ASTRAGIN® – поддерживает поглощение питательных веществ из пищеварительного тракта, а BOSWELLIN® – способствует уменьшению воспалительных процессов в кишечнике. В состав препарата включены ингредиенты из натурального сырья высочайшего качества, являющиеся богатым источником пищевой клетчатки. Оздоровительный эффект ингредиентов, содержащихся в биологически активной добавке, подтвержден клиническими исследованиями.



## Когда?

Пищевая клетчатка (пищевые волокна) выполняет в питании очень важную функцию, несмотря на то, что она не переваривается в пищеварительном тракте и не впитывается в кровь. Однако она очень положительно влияет на многие метаболические и физиологические процессы в организме человека и считается так называемым ПРЕБИОТИКОМ<sup>1-5</sup>.

### **Биологически активная добавка DuoLife Fiber предназначена для использования со вспомогательными целями:**

- ▶ для тех, кто желает поддерживать нормальную работу пищеварительного тракта ежедневно;
- ▶ для тех, кто желает поддерживать надлежащее усвоение питательных веществ в пищеварительном тракте;
- ▶ для тех, кто имеет проблемы с пищеварительным трактом, связанные с нарушением естественной микрофлоры кишечника, либо проблемы, вызванные воспалительными процессами;
- ▶ для тех, кто имеет запоры и проблемы с замедленным кишечным транзитом;
- ▶ для тех, кто заботится о правильной массе тела, благодаря поддержанию продуктом процесса похудения, заключающегося в снижении аппетита и длительном ощущении сытости;
- ▶ для тех, кто соблюдает т. н. диету LOW FODMAP;
- ▶ для тех, кто заботится о правильном уровне глюкозы и холестерина в крови;
- ▶ для тех, кто желает поддерживать оптимальное состояние сосудов и надлежащее артериальное давление;
- ▶ для тех, кто желает очищать организм от накопленных токсинов и поддерживать антиоксидантные процессы.

## Как?

DuoLife Fiber – это на 100% натуральный состав, основанный на высоком содержании растворимой фирменной клетчатки и дополнительных компонентов, таких как ASTRAGIN® – запатентованная формула растительных экстрактов ложного женьшеня (*Panax notoginseng*), астрагала перепончатого (*Astragalus membranaceus*) и BOSWELLIN® – запатентованная формула экстракта босвеллии пильчатой (*Boswellia serrata*).

**ДuoLife Fiber – способ применения:**

**Лица, старше 18 лет:** 50 мл в день во время приема пищи. Рекомендуется запить стаканом воды или другим напитком. Не превышать рекомендуемую максимальную суточную дозу.

Продукт следует принимать с соответствующим количеством жидкости, поскольку малое количество жидкости может привести к запорам.

Необходимо **соблюдать ПЕРЕРЫВ между приемами лекарств и клетчатки**, поскольку пища, богатая клетчаткой, может снизить всасывание лекарств из пищеварительного тракта.

**Лекарства рекомендуется принимать за 1 час до или по крайней мере через 2 часа после употребления клетчатки.**

**Состав:** яблочный сок, яблочное пюре, лимонный сок из концентрированного сока, SUNFIBER®\* – запатентованная формула растворимой клетчатки из индийских гуаровых бобов (*Cyamopsis tetragonolobus*) (галактоманнановая клетчатка), FIBREGUM™\*\* – запатентованная формула растворимой клетчатки акации, сок из плодов юдзу (*Citrus junos*), пектин цитрусовых, BOSWELLIN®\*\*\* – запатентованная формула экстракта босвеллии пальчатой (*Boswellia serrata*) 10:1, с нормированным содержанием 30% босвеллиевых кислот, экстракт корня аморфофаллуса коньяка (*Amorphophallus konjac*) с нормированным содержанием 95% глюкоманнанов, ASTRAGIN® – запатентованная формула экстракта ложного женьшеня (*Panax notoginseng*) и астрагала перепончатого (*Astragalus membranaceus*).

\* SUNFIBER® – зарегистрированный товарный знак компании Taiyo Kagaku Co., Ltd.

\*\* FIBREGUM™ – товарный знак Nexira.

\*\*\* BOSWELLIN® – товарный знак компании Sabinsa Europe GmbH.

Содержание ингредиентов в суточной порции продукта	50 мл
SUNFIBER®*	3,6 г
FIBREGUM™**	1 г
Пектины из плодов цитрусовых	150 мг
BOSWELLIN®***	100 мг
Экстракт из корня коньяка	50 мг
ASTRAGIN®	35 мг
<b>Общее содержание пищевых волокон</b>	<b>4,3 г</b>

DuoLife предлагает два продукта, содержащих клетчатку: DuoLife Fiber и DuoLife Fiber Powder – в чем разница между ними?

**DuoLife Fiber** поддерживает правильное функционирование пищеварительного тракта и способствует усвоению других питательных веществ из рациона. Также помогает бороться с воспалительными процессами в кишечнике. Подготовлен в жидкой форме для непосредственного употребления.

**DuoLife Fiber Powder** поддерживает оптимальные функции пищеварительного тракта, иммунной и нервной систем. В нем используются ингредиенты с сильным пребиотическим действием. Его можно добавлять в напитки и еду. Способствует диете LOW FODMAP.

## Рядом с названием содержащегося в препарате растительного экстракта указано **соотношение 10:1 – т.н. коэффициент DER – что он означает?**

---

Коэффициент DER (англ. *drug extract ratio*) определяет количество миллиграммов растительного сырья, использованного для получения одного миллиграмма экстракта.

## Сколько клетчатки мы потребляем и сколько должны потреблять?

---

По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) рекомендуемая суточная доза пищевых волокон для взрослых должна составлять 20–40 г<sup>6</sup>. Институт пищевых продуктов и питания устанавливает стандарты для Польши на уровне 30–35 г в день для взрослых. Еще одним показателем суточного потребления является рекомендация: 14 г клетчатки на 1000 ккал/день<sup>1</sup>. Причем, среднесуточное потребление клетчатки в Польше в 2016 году составляло всего 15,4 г на 1 человека<sup>7</sup>.

Научные наблюдения показывают, что общества, потребляющие больше пищевых волокон (до 30–40 г/день), имеют меньше проблем с пищеварительной, кровеносной и иммунной системами, и соответственно, меньше проблем со здоровьем<sup>1,7</sup>.

## DuoLife Fiber – это богатый источник растворимой пищевой клетчатки. Чем растворимая клетчатка отличается от нерастворимой?

---

Пищевые волокна делятся на две фракции: растворимые и нерастворимые, с немного разными физиологическими функциями<sup>1</sup>. Растворимая клетчатка состоит в основном из пектинов, камедей, растительной слизи, некоторых гемицеллюлоз, бета-глюканов и других водорастворимых соединений.

### **Растворимая клетчатка:**

- ▶ набухает в кишечнике под воздействием воды и увеличивает плотность химуса;
- ▶ продлевает время кишечного транзита;
- ▶ является питательной средой для полезных кишечных бактерий, стимулирующей развитие бактериальной микрофлоры толстого кишечника (пребиотическое действие);
- ▶ усиливает чувство сытости, помогая поддерживать здоровую массу тела и способствуя снижению веса;
- ▶ помогает обеспечивать надлежащий уровень холестерина и триглицеридов в крови, поддерживая функции кровеносных сосудов и оптимальное кровяное давление. Действием, благоприятствующим оптимальным функциям системы кровообращения, обладает, в основном, фракция растворимой клетчатки;
- ▶ способствует задержке процесса всасывания глюкозы в тонком кишечнике и снижению выработки инсулина, что способствует нормализации уровня сахара в крови;
- ▶ разбавляет каловые массы, что предотвращает запоры;
- ▶ способствует всасыванию минералов из кишечника;
- ▶ положительно влияет на иммунитет организма.

**Нерастворимая клетчатка** это в основном целлюлоза и лигнин. Ее функция заключается в первую очередь в поддержке перистальтики желудочно-кишечного тракта и увеличении массы стула.

## Чем является диета LOW FODMAP? Почему ингредиенты DuoLife Fiber подходят для диеты LOW FODMAP?

---

Это диета с низким содержанием короткоцепочечных, плохо усваиваемых и быстро ферментирующих углеводов с высоким осмотическим давлением (таких как лактоза, фруктоза или полиолы). Благодаря этому она поддерживает оптимальное состояние пищеварительного тракта, способствуя минимизации таких недугов, как метеоризм и дискомфорт в кишечнике, особенно у людей с синдромом раздраженного кишечника или непереносимостью лактозы.

Содержащиеся в продукте ингредиенты на основе клетчатки, особенно SUNFIBER®, способствуют диете LOW FODMAP, поскольку они **медленно** ферментируются, что является благоприятным для кишечника. Продукты ферментации клетчатки медленно высвобождаются, поэтому использование SUNFIBER® сводит к минимуму образование газов вследствие слишком быстрой кишечной ферментацией (Рисунок 1).

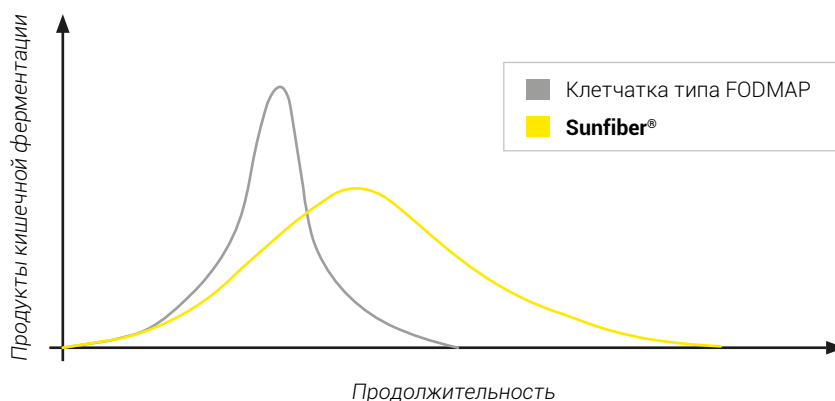


Рисунок 1: SUNFIBER® как полезная клетчатка в диете LOW FODMAP.

Запатентованные формулы BOSWELLIN®\*\*\* и ASTRAGIN® поддерживают функцию кишечника и полезные свойства клетчаток SUNFIBER®\* и FIBREGUM™\*\*.

Клетчатка, содержащаяся в **SUNFIBER®** и **FIBREGUM™**, способствует оптимальному функционированию пищеварительного тракта, поддерживает перистальтику кишечника, регулирует опорожнения, предотвращает вздутие живота и хронические запоры<sup>9</sup>. Поддерживает размножение полезных кишечных бактерий из рода *Bifidobacterium* и *Lactobacillus* и производство короткоцепочечных жирных кислот в толстом кишечнике (т.н. постбиотиков)<sup>9</sup>.

**SUNFIBER®** – это органическая, частично гидролизованная камедь из индийских гуаровых бобов на базе галактоманнанов. **Однако, это не то же самое, что обычно используемая гуаровая камедь.** В отличие от «классической» гуаровой камеди, она имеет более низкую молекулярную массу (20-50 кДа в сравнении с 300-8000 кДа для негидролизованной камеди), поэтому отличается гораздо меньшей вязкостью (в 2000 раз меньше), что облегчает приготовление препарата, легкого в употреблении и безопасного даже в больших количествах. Более того, в отличие от гуаровой камеди, ее получают в процессе мягкого ферментативного гидролиза при низкой температуре (37°C) исключительно из эндосперма семян. **SUNFIBER® имеет документально подтвержденные клинические и доклинические положительные ПРЕБИОТИЧЕСКИЕ эффекты для здоровья,** характеризуется полной **медленной ферментацией, благоприятным воздействием на кишечник.**

**FIBREGUM™** – это запатентованная формула растворимой **клетчатки акации, полученной из растений, произрастающих в Африке.**

**Босвеллиевые кислоты,** полученные из запатентованной формулы экстракта босвеллии пильчатой (*Boswellia serrata*) – **BOSWELLIN®** – способствуют борьбе с воспалениями в кишечнике, смягчают симптомы, связанные с воспалительными процессами в кишечнике<sup>10,11</sup>.

**ASTRAGIN®** – это запатентованная формула (патент US8197860 B2, заявленные патенты US 13/444765, US 13/444770, US 12/424193 US 12/345218) **с биологическим действием, подтвержденным 16 исследованиями in-vitro и 8 исследованиями in-vivo<sup>12-14</sup>.** Согласно результатам этих исследований синергетическая формула:

- ▶ **способствует абсорбции пептидов, аминокислот, жирных кислот, витаминов и фитонутриентов из пищеварительного тракта,** поэтому DuoLife Fiber полезно употреблять с едой и другими биологически активными добавками DuoLife, а также с коктейлями линейки Shape Code®;
- ▶ поддерживает регенерацию поврежденного эпителия кишечника;

- ▶ помогает бороться с воспалительными процессами в кишечнике;
- ▶ поддерживает функции и размножение микрофлоры кишечника;
- ▶ поддерживает иммунные функции эпителия кишечника.

**Глюкоманнаны из экстракта корня коньяка и пектины цитрусовых также входят во фракцию растворимой клетчатки и обладают полезными для здоровья свойствами.**

**Глюкоманнаны**, содержащиеся в продукте, полученные из корня *Amorphophallus konjac*<sup>15</sup> (называемого коньяку или дьявольский язык), обладают всеми полезными для здоровья свойствами, характерными для растворимой клетчатки. В пищеварительной системе глюкоманнаны связывают воду, способствуя длительному ощущению сытости, что делает их особенно полезными для контроля веса и похудения<sup>16,17</sup>.

**Пектин, полученный из цитрусовых**, способствует снижению уровня холестерина и липидов в крови, а также помогает снизить абсорбцию глюкозы и концентрацию инсулина в плазме. Кроме того, пектины связывают тяжелые металлы и создают в кишечнике защитный барьер от патогенной микрофлоры. Подтверждено также их противодействие воспалительным процессам<sup>18</sup>.

## Чем отличается DuoLife Fiber?

- ▶ **100% натуральный состав** с очень высоким содержанием растворимой клетчатки;
- ▶ Состав на основе фирменных ингредиентов с клинически доказанным полезным для здоровья действием;
- ▶ **4 источника растворимой пищевой клетчатки;**
- ▶ **Дополнительные компоненты** на основе растительных экстрактов, способствующие усвоению питательных веществ из пищеварительного тракта, а также борьбе с воспалительными процессами в кишечнике;
- ▶ Продукт подходит для диеты **LOW FODMAP**;
- ▶ **Синергетическое** действие ингредиентов;
- ▶ **Удобная форма использования** – жидкость, готовая к непосредственному употреблению;
- ▶ Препарат **стабилизирован методом ИННР™ by DuoLife** – (Innovation High Hydrostatic Process™ by DuoLife) на основе концепции «минимальной обработки». Преимуществом метода является высокое качество для здоровья и большой срок годности, а также сохранение натуральных питательных и сенсорных свойств по сравнению с продуктами, консервированными классическими методами. Используемый технологический процесс проводится при низкой температуре (для защиты активных ингредиентов) и базируется на принципе синергии многих стабилизирующих факторов, что позволяет сохранить высочайшее качество продукта без использования консервантов;
- ▶ Продукт **НЕ СОДЕРЖИТ** искусственных наполнителей и ГМО;
- ▶ Препарат **не содержит искусственных ароматизаторов**;
- ▶ Продукт **НЕ СОДЕРЖИТ** глютена – подходит для лиц, не переносящих глютен;
- ▶ Продукт подходит **для веганов и вегетарианцев**;
- ▶ Специальная **стеклянная бутылка, предназначенная для фармацевтических целей** – темное стекло защищает от света и перепадов температуры, устойчиво к выделению растворимых минералов в препарат с внутренней поверхности бутылки.



**Приобретая продукты DuoLife Fiber и/или DuoLife Fiber Powder, вы поддерживаете и вносите свой вклад в развитие Фонда World Healthy Living Foundation.**

Деятельность Фонда WHLF осуществляется с помощью различных образовательных решений и при поддержке Экспертов в форме публикаций, лекций и однодневных практических занятий, цель которых является помочь людям осознать, что здоровье – это процесс, зависящий от нашего образа жизни и душевного состояние. Своей деятельностью Фонд доказывает, что эта сфера полностью находится под нашим контролем, и наш ежедневный выбор имеет ключевое значение.

**Воспользуйтесь знаниями и опытом Экспертов! Подробнее на: <http://www.whlf.eu>**



 Библиография для препарата *Fiber* содержится на отдельной карте сегрегатора.