

Functional Food boomt. Mikroorganismen werden immer öfter gezielt Lebensmitteln zugesetzt. Das Zauberwort heisst Probiotika. Ist Gesundheit essbar?

Probiotika

Gesunde Trendlebensmittel

Probiotika sind lebensfähige Mikroorganismen, die Lebensmitteln zugesetzt werden und die gesundheitsfördernd wirken. Besonderst gut eignen sich bestimmte Bakterienstämme von Lactobacillus, Bifidus, Streptococcus, Escherichia, Enterococcus: Sie sind widerstandsfähig gegen Magensäure, Gallensalze und eiweißspaltenden Enzymen des Dünndarms, nisten sich in der Wand des Dickdarms ein und wachsen dort während Tagen bis Wochen.

Gesundes Gleichgewicht im Darm

Probiotika senken den pH-Wert im Darm, verdrängen Krankheitserreger, beeinflussen positiv das darmeigene Immunsystem und können entzündungshemmend wirken.

Verschiedene Studien haben in den letzten Jahren die positiven Wirkungen von Probiotika belegen können.

Probiotika werden – als probiotische Nahrungsmittel oder als Medikamente – heute eingesetzt zur

- Förderung der Verdauung von Milchzucker (Lactose).

Lactose wird durch das Enzym Lactase im Körper aufgespalten, deren Aktivität nach dem Säuglingsalter abnimmt. Im Erwachsenenalter weisen

60–100% der nichtweissen Bevölkerung eine Milchzucker-Unverträglichkeit (Lactose-Intoleranz) auf; in der Schweiz beträgt sie 29%.

- Vorbeugung und Behandlung von Durchfallerkrankungen, auch von solchen, die durch die Einnahme von Antibiotika ausgelöst werden;
- Prävention und Behandlung von Entzündungen in chirurgisch angelegten Ersatzreservoirs im Magen-Darm-Bereich (Pouchitis).

Vista – Lesen Sie sich gesund.

www.vistaonline.ch

Nestlé LC1 ist Ihr Partner für einen aktiven und gesunden Lebensstil. Wissenschaftliche Studien beweisen: Bei täglichem Genuss reguliert LC1 sanft und natürlich die Verdauung. LC1 schmeckt besonders mild und crèmeig und ist in zahlreichen feinen Varietäten erhältlich.

www.nestle-nutrition.ch
www.lc1.ch

