

Fiber

DuoLife Fiber ist ein Nahrungsergänzungsmittel in flüssiger Form, das einen Komplex aus löslichen Ballaststoffen aus bis zu 4 Quellen und markeneigenen, pflanzlichen Extraktformeln enthält: ASTRAGIN® – unterstützt die Aufnahme von Nährstoffen aus dem Verdauungstrakt, und BOSWELLIN® – fördert die Reduzierung von Entzündungsprozessen im Darm. Das Präparat besteht aus natürlichen Rohstoffen von höchster Qualität und ist eine reiche Quelle von Ballaststoffen. Die gesundheitsfördernde Wirkung der in dem Nahrungsergänzungsmittel enthaltenen Inhaltsstoffe ist durch klinische Studien belegt.



Wann?

Ballaststoffe haben eine sehr wichtige Ernährungsfunktion, obwohl sie im Verdauungstrakt nicht verdaut und nicht in den Blutkreislauf aufgenommen werden. Sie haben jedoch eine sehr positive Wirkung auf viele metabolische und physiologische Prozesse im menschlichen Körper und werden als sogenanntes PREBIOTIC¹⁻⁵ eingestuft.

DuoLife Fiber ist ein Nahrungsergänzungsmittel, das zur unterstützenden Behandlung von Krankheiten eingesetzt wird:

- ▶ Für diejenigen, die täglich eine normale Magen-Darm-Funktion unterstützen wollen;
- ▶ Für diejenigen, die die korrekte Aufnahme von Nährstoffen aus dem Verdauungstrakt unterstützen wollen;
- ▶ Für diejenigen, mit Magen-Darm-Problemen, die mit Störungen der natürlichen Darmmikroflora oder mit Entzündungsproblemen einhergehen;
- ▶ Für diejenigen mit Verstopfung und Problemen mit einer langsamen Darmtätigkeit;
- ▶ Für diejenigen, die auf ihr Körpergewicht achten, nämlich dank der Wirkung des Produkts bei der Unterstützung des Diätprozesses, indem es hilft, den Appetit zu reduzieren und ein längeres Sättigungsgefühl zu erzeugen;
- ▶ Für diejenigen, die eine LOW FODMAP-Diät einhalten;
- ▶ Für diejenigen, die einen normalen Glukose- und Cholesterinspiegel im Blut aufrechterhalten wollen;
- ▶ Für diejenigen, die eine optimale Gefäßgesundheit und einen normalen Blutdruck unterstützen wollen;
- ▶ Für diejenigen, die Unterstützung der Entgiftungs- und Antioxidantienprozesse des Körpers erreichen wollen.

Wie?

DuoLife Fiber ist eine rein natürliche Formel, die auf einem hohen Gehalt an löslichen Markenballaststoffen und zusätzlichen Inhaltsstoffen wie ASTRAGIN® – einer geschützten Formel aus Pflanzenextrakten von *Panax notoginseng* und Bocksdorn (*Astragalus membranaceus*) – und BOSWELLIN® – einer geschützten Formel aus indischem Weihrauch (*Boswellia serrata*) - basiert.



DuoLife Fiber - Anwendung:

50 ml pro Tag: 50 ml pro Tag während einer Mahlzeit. Es wird empfohlen, ein zusätzliches Glas Wasser oder ein anderes Getränk dazu zu trinken. Die empfohlene Tageshöchstdosis darf nicht überschritten werden.

Das Produkt sollte immer mit einer ausreichenden Menge an Flüssigkeit eingenommen werden, da eine unzureichende Flüssigkeitszufuhr zu Verstopfung führen kann.

Es sollte ein **ABSTAND zwischen der Einnahme von Medikamenten und der Aufnahme von Ballaststoffen eingehalten werden, da ballaststoffreiche** Lebensmittel die Aufnahme von Medikamenten aus dem Magen-Darm-Trakt verringern können.

Die Einnahme von Medikamenten wird 1 Stunde vor oder mindestens 2 Stunden nach der Aufnahme von Ballaststoffen empfohlen.



Zutaten: Apfelsaft, Apfelpüree, Zitronensaft aus Saftkonzentrat, SUNFIBER®* – proprietäre lösliche Ballaststoffformel aus der indischen Guarbohne (*Cyamopsis tetragonolobus*) (Galaktomannan-Faser), FIBREGUM™** – eine geschützte Formel aus löslichen Akazienfasern, Yuzu- Fruchtsaft (*Citrus junos*), Zitruspektin, BOSWELLIN®*** – eine geschützte Formel aus indischem Weihrauch (*Boswellia serrata*) 10: 1, normiert auf einen Gehalt von 30% Boswelliasäure, Konjakwurzelextrakt (*Amorphophallus konjac*) normiert auf einen Gehalt von 95% Glucomannan, ASTRAGIN® – eine geschützte Formel aus *Panax notoginseng* und *Astragalus membranaceus*-Extrakt.

* SUNFIBER® ist ein eingetragenes Warenzeichen der Taiyo Kagaku Co, Ltd.

** FIBREGUM™ ist eine Marke von Nexira.

*** BOSWELLIN® ist eine Marke der Sabinsa Europe GmbH.

Gehalt an Inhaltsstoffen pro Tagesdosis des Produkts	50 ml
SUNFIBER®*	3,6 g
FIBREGUM™**	1 g
Pektin aus Zitrusfrüchten	150 mg
BOSWELLIN®***	100 mg
Konjakwurzel-Extrakt	50 mg
ASTRAGIN®	35 mg
Gesamtmenge an Ballaststoffen	4,3 g

Es sind zwei DuoLife-Faserprodukte erhältlich: DuoLife Fiber und DuoLife Fiber Powder - was ist der Unterschied zwischen ihnen?

DuoLife Fiber unterstützt die richtige Funktion des Verdauungstraktes und fördert die Aufnahme anderer Nährstoffe aus der Nahrung. Es fördert auch die Bekämpfung von Entzündungen im Darm. Es wird in flüssiger Form zum direkten Verzehr zubereitet.

DuoLife Fiber Powder unterstützt die optimale Funktion des Magen-Darm-Trakts, des Immunsystems und des Nervensystems. Es basiert auf Inhaltsstoffen mit signifikanter präbiotischer Aktivität. Es kann Flüssigkeiten oder Mahlzeiten zugesetzt werden. Unterstützt eine LOW FODMAP-Diät.

Der im Präparat enthaltene Kräutereextrakt hat neben seinem Namen das Verhältnis **10:1 stehen - das ist das sogenannte DER-Verhältnis - was bedeutet das?**

Das Drug-Extract-Ratio (DER) gibt an, wie viele Milligramm Pflanzenmaterial verwendet werden, um ein Milligramm Extrakt zu erhalten.

Wie viele Ballaststoffe essen wir und wie viel sollten wir essen?

Nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) sollte die empfohlene tägliche Aufnahme von Ballaststoffen bei Erwachsenen 20–40 g betragen⁶. Das polnische Institut für Lebensmittel und Ernährung gibt die Norm für Polen mit 30–35 g pro Tag für Erwachsene an. Ein weiterer Indikator für die tägliche Aufnahme ist die Empfehlung von 14 g Ballaststoffen/1000 kcal in der Ernährung/Tag¹. Die durchschnittliche tägliche Aufnahme von Ballaststoffen in Polen lag 2016 bei nur 15,4 g pro Person⁷.

Wissenschaftliche Beobachtungen zeigen, dass Menschen, die größere Mengen an Ballaststoffen (bis zu 30–40 g pro Tag) zu sich nehmen, seltener an Verdauungs-, Kreislauf- und Immunschwäche und damit verbundenen Gesundheitsproblemen leiden^{1,7}.

DuoLife Fiber ist eine reichhaltige Quelle für lösliche Ballaststoffe. Was ist der Unterschied zwischen löslichen und unlöslichen Ballaststoffen?

Es gibt zwei Fraktionen von Ballaststoffen: lösliche und unlösliche, mit leicht unterschiedlichen physiologischen Funktionen¹. Lösliche Ballaststoffe bestehen hauptsächlich aus Pektinen, Kautschuk, Pflanzenschleimen, einigen Hemicellulosen, Beta-Glucanen und anderen wasserlöslichen Verbindungen.

Lösliche Ballaststoffe:

- ▶ quellen im Darm auf, wenn sie Wasser ausgesetzt werden, und erhöhen die Dichte des Verdauungsinhalts;
- ▶ erhöhen die Darmtätigkeit;
- ▶ nähren die nützlichen Darmbakterien und stimulieren die Entwicklung der Darmflora (präbiotische Wirkung);
- ▶ erhöhen das Sättigungsgefühl und tragen dazu bei, ein gesundes Körpergewicht zu halten und die Gewichtsabnahme zu fördern;
- ▶ tragen zur Aufrechterhaltung eines normalen Cholesterin- und Triglyceridspiegels im Blut bei und unterstützen die Gefäßfunktion und optimalen Blutdruck. Die Wirkung, die eine optimale Herz-Kreislauf-Funktion fördert, wird vor allem durch die lösliche Ballaststofffraktion erzielt;
- ▶ fördern die Verzögerung der Glukoseaufnahme im Dünndarm und die Verringerung der Insulinausschüttung und tragen so zur Normalisierung des Blutzuckerspiegels bei;
- ▶ lösen Stuhlmassen und helfen so, Verstopfung vorzubeugen;
- ▶ fördern die Aufnahme von Mineralien aus dem Darm;
- ▶ haben eine positive Wirkung auf die Abwehrkräfte des Körpers.

Unlösliche Ballaststoffe sind hauptsächlich Zellulose und Lignine. Ihre Funktion besteht hauptsächlich darin, die Peristaltik des Magen-Darm-Trakts zu unterstützen und das Stuhlgewicht zu erhöhen.

Was ist die LOW FODMAP-Diät? Warum unterstützen die Inhaltsstoffe von DuoLife Fiber die LOW FODMAP-Diät?

Es handelt sich um eine Ernährung mit niedrigem Anteil an kurzkettigen, schlecht absorbierten und schnell gärenden Kohlenhydraten mit hohem osmotischem Druck (wie Laktose, Fruktose und Polyole). Dadurch fördert sie die Aufrechterhaltung einer optimalen Magen-Darm-Gesundheit und trägt dazu bei, Beschwerden wie Blähungen und Darmbeschwerden zu minimieren, insbesondere bei Menschen mit Reizdarmsyndrom oder Laktoseintoleranz.

Die im Produkt enthaltenen Ballaststoffe, insbesondere SUNFIBER®, begünstigen die LOW FODMAP-Diät, da sie langsam und darmschonend fermentiert werden. Die Gärungsprodukte der Ballaststoffe werden im Laufe der Zeit **langsam** freigesetzt, so dass die Verwendung von SUNFIBER® die Minimierung von Blähungen begünstigt, die mit einer zu schnellen Darmgärung einhergehen (Abbildung 1).

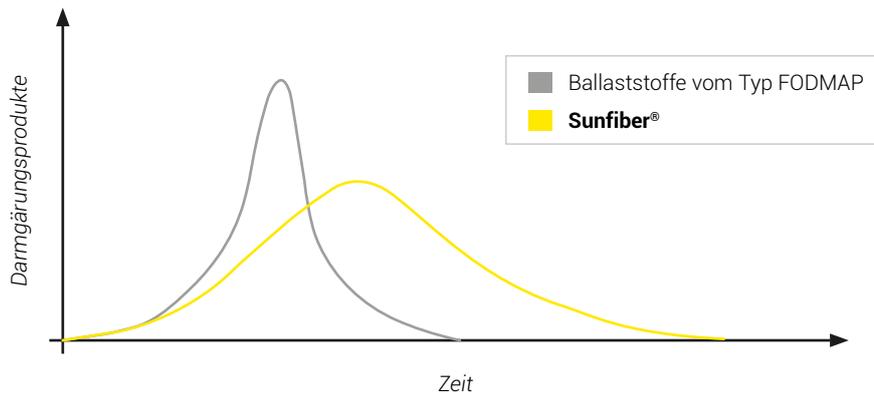


Abbildung 1: SUNFIBER® als nützlicher Ballaststoff in der LOW FODMAP-Diät.

Die geschützten Formeln BOSWELLIN®*** und ASTRAGIN® unterstützen die Darmfunktion und die positiven Eigenschaften der Ballaststoffe SUNFIBER®* und FIBREGUM™**.

Die in **SUNFIBER®** und **FIBREGUM™** enthaltenen Ballaststoffe fördern die optimale Magen-Darm-Funktion, unterstützen die Darmperistaltik, regulieren den Stuhlgang und helfen, Blähungen und chronische Verstopfung zu vermeiden⁸. Sie unterstützen die Vermehrung von nützlichen Darmbakterien der Gattungen *Bifidobacterium* und *Lactobacillus* und die Produktion von kurzkettigen Fettsäuren im Dickdarm (sogenannte Postbiotika)⁹.

SUNFIBER® ist ein organisches, teilweise hydrolysiertes Gummi aus indischen Guarbohnen auf der Basis von Galaktomannanen. **Es ist jedoch nicht identisch mit dem üblicherweise verwendeten Guarkernmehl.** Im Gegensatz zu „klassischem“ Guarkernmehl hat es ein geringeres Molekulargewicht (20–50 kDa gegenüber 300–8000 kDa bei nicht-hydrolysiertem Kautschuk) und daher eine viel niedrigere Viskosität (2000-mal niedrigere), was die Zubereitung einer leicht zu verzehrenden, auch in großen Portionen sicheren Rezeptur erleichtert. Außerdem wird es, anders als Guarkernmehl, durch milde enzymatische Hydrolyse bei niedriger Temperatur (37°C) ausschließlich aus dem Endosperm der Samen gewonnen. SUNFIBER® **hat klinisch und präklinisch dokumentierte gesundheitsfördernde PREBIOTISCHE Wirkungen und zeichnet sich durch eine vollständige langsame** und darmschonende Gärung aus.

FIBREGUM™ ist eine geschützte Formel aus **löslichen Akazienfasern** die aus in Afrika angebauten Akazien gewonnen werden.

Die Boswelliasäuren aus einer geschützten Formel des Extrakts des indischen Weihrauchs (*Boswellia serrata*) – **BOSWELLIN®** – fördern die Bekämpfung von Entzündungen im Darm und helfen, die mit entzündlichen Darmbeschwerden verbundenen Symptome zu lindern^{10,11}.

ASTRAGIN® ist eine patentierte Formel (Patent US8197860B2, angemeldete Patente US13/444765, US13/444770, US12/424193 US12/345218) mit einer **biologischen Wirkung, die durch 16 In-vitro und 8 In-vivo-Studien belegt ist**^{12–14}. **Die Ergebnisse dieser Untersuchung zeigten**, dass diese synergistische Formel:

- ▶ **die Aufnahme von Peptiden, Aminosäuren, Fettsäuren, Vitaminen und Phytonährstoffen aus dem Magen-Darm-Trakt fördert**, so dass DuoLife Fiber vorteilhaft mit einer Mahlzeit und anderen DuoLife-Nahrungsergänzungsmitteln sowie Shakes aus Shape Code®-Linie zu verwenden ist;
- ▶ die Regeneration des geschädigten Darmepitheliums unterstützt;
- ▶ die Bekämpfung von Entzündungen im Darm;
- ▶ die Funktion und die Vermehrung der Mikroflora des Darms unterstützt;
- ▶ die Abwehrfunktion des Darmepitheliums unterstützt.

Glucomannane aus dem Konjakwurzelextrakt und Citruspektin sind ebenfalls in der löslichen Ballaststofffraktion enthalten und weisen wertvolle gesundheitsfördernde Eigenschaften auf.

Die im Produkt enthaltenen Glucomannane werden aus der Wurzel der Pflanze *Amorphophallus konjac*¹⁵ (bekannt als Konjak oder Kauz Riviera) gewonnen und weisen alle gesundheitsfördernden Eigenschaften auf, die für lösliche Ballaststoffe charakteristisch sind. Im Verdauungssystem binden Glucomannane Wasser und fördern ein lang anhaltendes Sättigungsgefühl, was sie besonders für die Gewichtskontrolle und die Gewichtsabnahme nützlich macht^{16,17}.

Die aus Zitrusfrüchten extrahierten Pektine fördern die Senkung des Cholesterin- und Lipidspiegels im Blut und tragen zur Verringerung der Glukoseaufnahme und des Plasmainsulinspiegels bei. Darüber hinaus bindet Pektin Schwermetalle und bildet eine Schutzbarriere des Darms gegen eine pathogene Mikroflora. Außerdem unterstützen sie nachweislich den Kampf des Körpers gegen Entzündungen¹⁸.

Was macht DuoLife Fiber anders?

- ▶ **100% natürliche** Zusammensetzung mit einem sehr hohen Gehalt an löslichen Ballaststoffen;
- ▶ Die Zusammensetzung basiert auf **Markenprodukten mit klinisch nachgewiesener gesundheitsfördernder Wirkung**;
- ▶ Bis zu **4 Quellen für lösliche Ballaststoffe**;
- ▶ **Zusätzliche Bestandteile** auf der Basis von Pflanzenextrakten zur Unterstützung der Aufnahme von Nährstoffen **aus dem Verdauungstrakt und zur Bekämpfung entzündlicher Prozesse im Darm**;
- ▶ Geeignet **für LOW FODMAP-Diäten**;
- ▶ **Synergetische** Wirkung der Bestandteile;
- ▶ **Bequeme Anwendungsform** – flüssig, zum sofortigen Verzehr geeignet;
- ▶ Formuliert **mit IHHP™ von DuoLife** – (Innovation High Hydrostatic Process™ von DuoLife) basierend auf dem Konzept der „minimalen Verarbeitung“. Diese Methode hat den Vorteil, dass sie im Vergleich zu konventionell konservierten Produkten eine hohe gesundheitliche Qualität und Haltbarkeit aufweist und die natürlichen ernährungsphysiologischen und geschmacklichen Eigenschaften bewahrt. Das angewandte technologische Verfahren wird bei niedriger Temperatur durchgeführt (zum Schutz der Wirkstoffe) und basiert auf dem Prinzip der Synergie der Wirkung mehrerer Konservierungsmittel, wodurch die höchste Qualität des Produkts ohne den Einsatz von Konservierungsmitteln erhalten bleibt;
- ▶ Das Produkt **enthält KEINE** künstlichen **Füllstoffe und ist frei von GMO**;
- ▶ **Das Produkt enthält keine künstlichen Aromen oder Duftstoffe**;
- ▶ Das Produkt **enthält KEIN Gluten** und ist für Menschen mit einer Glutenunverträglichkeit geeignet;
- ▶ Das Produkt ist **für Veganer und Vegetarier geeignet**;
- ▶ **Spezialflasche aus Glas für pharmazeutische Zwecke** – das dunkle Glas schützt vor Licht und Temperaturschwankungen und ist resistent gegen die Freisetzung löslicher Mineralstoffe von der Innenseite der Flasche in die Zubereitung.



Durch den Kauf von DuoLife Fiber und/oder DuoLife Fiber Powder Produkten unterstützen Sie die World Healthy Living Foundation und leisten einen Beitrag zu ihr.

Die Aktivitäten der WHLF-Stiftung werden durch eine Vielzahl von Bildungsangeboten und mit der Unterstützung von Experten in Form von Veröffentlichungen, Vorträgen und eintägigen, praktischen Kursen durchgeführt, um das Bewusstsein dafür zu schärfen, dass Gesundheit ein Prozess ist, der von unserem Lebensstil und unserem mentalen Zustand abhängt. Durch ihre Aktivitäten beweist die Stiftung, dass dieser Bereich vollständig in unserer Hand liegt und dass unsere täglichen Entscheidungen eine entscheidende Rolle spielen.

Profitieren Sie von dem Wissen und der Erfahrung der Experten! Mehr unter: <http://www.whlf.eu>



WORLD HEALTHY LIVING
FOUNDATION