

Výživový doplnok
LINEX® COMPLEX
tvrdé gastrorezistentné kapsuly

obsahuje ŽIVÉ BAKTÉRIE*
3

Obsahuje ŽIVÉ BAKTÉRIE* *Lactobacillus rhamnosus* GG, vitamíny B₁, B₂, B₆ a zinok.

LINEX® COMPLEX obsahuje živé lyofilizované baktérie rodu *Lactobacillus* - bakteriálny kmeň *Lactobacillus rhamnosus* GG. *Lactobacillus rhamnosus* GG patrí do skupiny baktérií mliečneho kvasenia, ktoré sú súčasťou črevnej mikroflóry u ľudí. *Lactobacillus rhamnosus* GG je najviac preskúmaná baktéria a dobre známy kmeň baktérií mliečneho kvasenia, ktorý obnovuje a udržiava rovnováhu črevnej mikroflóry u dospelých a detí.

LINEX® COMPLEX navyše obsahuje starostlivo vybrané vitamíny B₁ (tiamín), B₂ (riboflavín), B₆ (pyridoxín) a minerál zinok, ktoré majú priaznivé účinky na zdravie.

Laktobacily/*Lactobacillus rhamnosus* GG

Laktobacily - baktérie mliečneho kvasenia sa prirodzene nachádzajú v tenkom a hrubom čreve ľudského tela spolu s inými baktériami.

Zloženie črevnej mikroflóry je obnoviteľné. Zmeny v počte baktérií v črevách sú prirodzeným procesom, ku ktorému dochádza nepretržite. Závisí to predovšetkým od zloženia prijatej potravy, veku, dostupnosti a zloženia substrátov pre rast mikrobioty (mikroflóry), pH v črevnom trakte, stavu čreva, ako aj od miesta bydliska a životného štýlu.

Zdravá rovnováha črevnej mikroflóry môže byť porušená vplyvom rôznych faktorov ako sú:

- Vírusové a bakteriálne črevné infekcie (napr. cestovateľská hnačka, rotavírusové infekcie)
- Antibakteriálna liečba (napr. antibiotikami)
- Stres
- Nevyvážená alebo nevhodná strava
- Porucha biorytmu (napr. zmena časového pásma pri cestovaní)

Porucha rovnováhy črevnej mikroflóry býva spojená s gastrointestinálnymi poruchami ako sú črevné ťažkosti, plynatosť, hnačka, oslabený imunitný systém a kožné alergie ako atopická dermatitída.

Podávanie *Lactobacillus rhamnosus* GG, ktorý sa nachádza vo výživovom doplnku LINEX® COMPLEX, je vhodné pre obnovu a udržanie prirodzenej rovnováhy črevnej mikroflóry.

Množstvo vedeckých publikácií a klinických štúdií s baktériou *Lactobacillus rhamnosus* GG ukazuje, že tento probiotický kmeň môže mať priaznivé účinky na funkciu gastrointestinálneho a imunitného systému a bolo preukázané sa, že je bezpečný a dobre znášaný. To je dôvod, pre ktorý je kmeň *Lactobacillus rhamnosus* GG odporúčaný mnohými odborníkmi.

Vitamíny B₁, B₂, B₆ a minerál zinok

Vitamíny a minerály sú dôležité pre správne fungovanie tela. Množstvo vitamínov a minerálov v našom tele sa znižuje pri nevhodnej strave, ak má telo vyššie požiadavky alebo dôjde k ich veľkej strate.

Dehydratácia a nedostatok obsiahnutých (a niektorých iných) vitamínov a minerálov spôsobuje okrem iných príznakov tiež vyčerpanosť a únavu, nedostatok energie a oslabenú imunitu.

Vitamíny a minerály prispievajú k:

- zachovaniu zdravých slizníc (B₂)
- správnej látkovej premene makronutrientov, sacharidov, mastných kyselín a kyselín a zásad (Zn)
- správnej syntéze bielkovín (Zn)
- správnej látkovej premene dôležitej pre tvorbu energie (B₁, B₂, B₆)
- zníženiu vyčerpania a únavy (B₂, B₆)
- správnej funkcii psychiky (B₁, B₆)
- správne fungovaniu imunitného systému (B₆, Zn)
- ochrane buniek pred oxidačným stresom (B₂, Zn)

Použitie a odporúčané dávkovanie:

Dospelí a deti staršie ako 6 rokov: 1-2 kapsuly denne

Ak kapsulu nie je možné prehltnúť, kapsula sa môže otvoriť a jej obsah vysypať na lyžičku a zmiešať s malým množstvom tekutiny. Ak sa kapsula otvorí, jej obsah sa má užiť s jedlom.

Aby ste predišli znehodnoteniu baktérií, nemiešajte prášok obsiahnutý v kapsulách s horúcimi nápojmi.

Ak vy alebo vaše dieťa užívate antibiotiká, užite LINEX[®] COMPLEX najmenej 3 hodiny po užití antibiotík.

Ustanovená odporúčaná denná dávka sa nesmie presiahnuť.

Dĺžka užívania nie je obmedzená. Ak vaše ochorenie, kvôli ktorému užívate LINEX[®] COMPLEX, pretrváva alebo sa zhorší, vyhľadajte svojho lekára.

LINEX[®] COMPLEX nie je náhrada rehydratačnej liečby. Pri dehydratácii sa odporúča predovšetkým dostatočný príjem tekutín, najmä vo forme perorálneho rehydratačného roztoku.

Upozornenia

Z dôvodu bezpečnosti neužívajte LINEX[®] COMPLEX, ak:

- ste alergický na ktorúkoľvek zložku,
- máte závažnú poruchu imunitného systému alebo iné závažné ochorenie.

Výživové doplnky sa nesmú používať ako náhrada rozmanitej stravy.

Zloženie

Lactobacillus rhamnosus GG (ATCC 53103), stabilizátor: hydroxypropylmetylcelulóza (E464), objemové činidlo: maltodextrín (kukuričný), glukónan zinočnatý, farbivo: žltý oxid železitý (E172), riboflavín (vitamín B₂), tiamín (vitamín B₁), pyridoxín (vitamín B₆)

1 kapsula obsahuje najmenej 1×10^{10} (10 miliárd) jednotiek tvoriacich kolónie (CFU) lyofilizovaných baktérií *Lactobacillus rhamnosus* GG na konci obdobia použiteľnosti.

Zloženie	1 kapsula	2 kapsuly
<i>Lactobacillus rhamnosus</i>	1×10^{10} CFU**	2×10^{10} CFU**
Vitamín B1	0,4 mg (36 % ODD***)	0,8 mg (72 % ODD***)
Vitamín B2	0,5 mg (36 % ODD***)	1 mg (72 % ODD***)
Vitamín B6	0,4 mg (29 % ODD***)	0,8 mg (58 % ODD***)
Zinok	3 mg (30 % ODD***)	6 mg (60 % ODD***)

* Lyofilizované baktérie sú živé, dočasne neaktívne baktérie a stávajú sa aktívnymi po užití

** CFU - jednotka tvoriaca kolónie

***ODD = odporúčaná denná dávka pre dospelých podľa Potravinového kódexu SR

LINEX[®] COMPLEX neobsahuje lepok, laktózu, mliečne bielkoviny ani želatínu.

Uchovávanie

Uchovávajte pri teplote do 25 °C. Uchovávajte v pôvodnom obale na ochranu pred vlhkosťou a svetlom.

Uskladňujte mimo dosahu malých detí.

Výrobca: Lek Pharmaceuticals d.d., Verovškova 57, 1526 Ljubljana, Slovinsko

Zastúpenie v SR: Sandoz d.d.- organizačná zložka, Žižkova 22B, 811 02 Bratislava, Slovenská republika

www.linex-probio.sk

Dátum revízie textu: 05/2022