



# Elus asi on kõige parem asi

Meie keha tervislikku seisundit ja vitsust mõjutab kõik, mis läbib seedetrakti.

Umbes 80% organismi immuunsüsteemist on koondunud seedesüsteemi. Terves soolestikus, eeskätt peen- ja jämesoole alumises osas, pesitsevad miljardid bakterid, kes moodustavad seedetrakti mikrofloora. Osa neist elavad seal pidevalt ning on vajalikud organismi seedevõime ning kogu keha üldise immuunsuse jaoks. Teised võivad aga olla äärmiselt kahjulikud, põhjustades seedehäireid või takistades vitamiinide ja teiste toitainete imendumist. Viimased genereerivad sageli mürgiseid aineid, tekitades organismi talitlushäireid.

**Probiootikumid** on tänapäeval üks enim uuritud valdkondi. Kahjuks puudub universaalne probiootikum, mis kõike võimaldaks. Nii on ka pidevalt arenev farmaatsiatööstus sunnitud leidma sobivaid lahendusi. Tootmisse suunatakse enamasti komplekspreparaadid, mis sisaldavad mitut erinevat elusat mikroorganismi.

Enim levinumad neist on laktobatsillid, bifidobakterid ja pärmseen *Saccharomyces boulardii*. Viimane ei ole küll bakter, aga toimele neile siiski väga sarnane.

**Laktobatsillid** (*Lactobacillus rhamnosus* ja *L. helveticus*) on organismi tavalised asukad, nende olemasolu on soole mikrofloora seisukohalt eluliselt vajalik. Laktobatsille vajame eelkõige kasulike ja kahjulike bakterite tasakaalustamiseks, mao ja soolestiku vaevuste leevendamiseks.

**Bifidobacterium longum** on inimpäritolu, ta reguleerib edukalt immuunsüsteemi, aidates kehal võidelda erinevate haigust tekitavate mikroobidega. Tema ülesanne on seedetrakti töö tõhustamine, eriti stressist tingitud gastrointestinaaltrakti vaevuste ärahoidmine-leevendamine. Samuti kuulub tema ülesannete hulka soovimatute ja kasulike bakterite tasakaalustamine.

**Saccharomyces boulardii**, mittepatogeense pärmi-seene, avastas dr Boulard Vietnamis 1920. a hiina ploomist ehk litšist. Tegu on ainurakse bakteriga, kelle välismembraanis on rohkelt mannoosi (suhkrut), mis võimaldab siduda patogeenseid baktereid ning seega ka kõhulahtisust (eeskätt reisi-kõhulahtisust) tekitavaid *E. coli* ja salmonella baktereid. Veelgi enam, pärmseene suur rakupind võimaldab siduda paljusid bakteriaalseid rakke.

Uuringutest lähtuvalt muutub **pärmseen** *Saccharomyces boulardii* seedetraktis elujõuliseks vormiks, kelle bioloogilised omadused võimaldavad kaitsta ja taastada soole mikrofloorat. Samuti mõjutab ta toitainete imendumist ning jääkainete väljutamist organismist. Tänu pärmseene osalusele ületavad preparaadis sisalduvad bakterid soolestikus liikudes kõikvõimalikke takistusi, säilitades oma elujõulisuse.

Piimhappebakterite toodetud piim- ja äädikhape langetavad soolestikus pH väärtust, aidates kahjutuks teha nii haigustekitajaid kui nende mürke. Samuti aitavad ülalnimetatud bakterid antimikroobseid aineid tootes takistada kahjulike mikroobide kinnitumist sooleseinalle ning pidurdada nende paljunemist.

**REET TEEMETS**

Walmart Terviseklubi farmatseut

- Aitab säilitada ja taastada seedetrakti normaalset mikrofloorat
- Soodustab toitainete normaalset imendumist ja jääkide väljutamist
- Suurendab mao ja soolestiku loomuliku vastupanuvõimet
- Toetab immuunsüsteemi tööd ja omab positiivset mõju kogu elusorganismile
- Garanteeritud kogus elujõulisi mikroorganisme igas kapslis kuni aegumistähtaja lõpuni
- Maohappekindlad mikroorganismid

Soovitav kasutada reisel (toitumismuutused, seedehäired, turistikõhulahtisus), raseduse ajal, antibiootikumravi ajal/järele, kõhulahtisuse, oksendamise, laktoosi (piimasuhkur) talumatuse ning eakatel inimestel häirunud seedetegevuse korral



\* garanteeritud kogus elujõulisi mikroorganisme päevadoosis, mida võib individuaalselt tõsta kuni 3 kapslini päevas kogu tarbimisaja vältel

**WALMARK®**  
tervise klubi