

Was ist OptiFibre®?

OptiFibre® ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei gestörter Funktion des Dickdarms zur Nährstoffresorption und – Ausscheidung bei Diarrhö (Durchfall) und Obstipation (Verstopfung).

OptiFibre® besteht zu 100% aus löslichen Ballaststoffen. Diese Ballaststoffe werden durch eine kontrollierte enzymatische Behandlung (Teilhydrolyse) des aus den Samen der Guarbohne gewonnenen Guarkernmehls hergestellt.

Vielleicht sind Sie auch, wie viele andere Personen in Deutschland, von andauernden Darmproblemen betroffen? In den westlichen Ländern leiden beispielsweise fast 30% der Bevölkerung unter Verstopfung aus sehr unterschiedlichen Gründen.

rauen sind in der Regel stärker betroffen als Männer und das Auftreten von Funktionsstörungen des Dickdarms dieses Problems steigt mit dem Alter. Das Auftreten von Störungen der Funktion des Dickdarms bei Diarrhoe und Obstipation kann zahlreiche Ursachen haben. Hierzu zählen bei weitem nicht nur eine unausgewogene Ernährung, geringe Ballaststoffzufuhr, mangelnde Flüssigkeitszufuhr und geringe körperliche Aktivität. Auch zahlreiche Erkrankungen und einige Arzneimittel können zu einer gestörten Funktion des Dickdarms mit Beeinträchtigungen der Aufnahme und Ausscheidung von Nährstoffen führen, insbesondere bei Diarrhö und Obstipation.

Lösliche Ballaststoffe wie teilhydrolysiertes Guarkernmehl dienen den wichtigen, „gesunden“ Darmbakterien (z. B. Bifidus, Lactobazillus) als Energiequelle und unterstützen deren Vermehrung. Dabei entstehen kurzkettige Fettsäuren, die unter anderem bei Diarrhö an der Regulierung des Wasserhaushaltes im Dickdarm beteiligt sind. Sie dienen ferner der Dickdarmschleimhaut als wichtiger Energielieferant und können dadurch ihren Aufbau unterstützen.

Wie wendet man OptiFibre® an?

OptiFibre® löst sich in Flüssigkeiten und Speisen vollkommen auf, ohne deren Konsistenz und Geschmack zu beeinflussen. OptiFibre® kann sowohl in kalte als auch warme Flüssigkeiten (z.B. Getränke, Suppen, Saucen etc.) oder in weiche Speisen (z.B. Joghurt, Kartoffelbrei, Apfelmus etc.) eingerührt werden.

- a) Flüssigkeiten: z.B. 1 Messlöffel / 1 Sachet je 200 ml (Vorschlag)
- b) Speisen: z.B. 1 Messlöffel / 1 Sachet je 150 g (Vorschlag)

Einfach umrühren und kurz warten, bis sich das Pulver vollständig aufgelöst hat. Kohlensäurehaltige Getränke sind nicht geeignet.

Für wen ist Optifibre® geeignet?

Für alle Personen mit gestörter Funktion des Dickdarms (zur Nährstoffresorption und –ausscheidung) bei Diarrhö (Durchfall) und Obstipation (Verstopfung)



- Erwachsene jeden Alters
- Kinder ab 3 Jahren.
- Schwangere & Stillende.

Allgemeine Dosierungsempfehlung

Erwachsene und Jugendliche ab 11 Jahren

1. - 3. Tag	4. - 6. Tag	Ab Tag 7
Morgens 1 ML	Morgens 1 ML	Morgens 1 ML
Mittags -	Mittags -	Mittags 1 ML
Abends -	Abends 1 ML	Abends 1 ML

max. Tagesdosis 5 ML oder Sachets*

 * 1 ML (Meßlöffel) =  * 1 Stick = 5 g OptiFibre®

* Falls erforderlich, schrittweise Steigerung auf max. Tagesdosis über den Tag verteilt. Wenn sich die Darmtätigkeit normalisiert hat, sollte die entsprechende Anzahl an Messlöffeln / Sticks nicht weiter gesteigert werden. Es wird eine Anwendung über mindestens 3 Wochen empfohlen. Danach können Sie die Tagesdosis individuell reduzieren.

Wichtiger Hinweis:

Tageshöchstmenge: 5 ML / 5 Sticks (25 g) = 21,5 g Ballaststoffpulver. Nicht als alleinige Nahrungsquelle. Die empfohlene maximale tägliche Zufuhr von Ballaststoffen beträgt ca. 35g. Lassen Sie sich von Ihrem Arzt oder Apotheker beraten.

Kinder von 3 – 10 Jahre, bei Diarrhö und Obstipation

1. - 3. Tag	4. - 6. Tag	Ab Tag 7
Morgens 1/2 ML	Morgens 1/2 ML	Morgens 1 ML
Mittags -	Mittags -	Mittags -
Abends -	Abends 1/2 ML	Abends 1 ML

OptiFibre® ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (Bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei gestörter Funktion des Dickdarms (zur Nährstoffresorption und -ausscheidung) bei Diarrhö (Durchfall) und Obstipation (Verstopfung).

Maximale Tagesdosis 3 Messlöffel (ML)

Nährstoffprofil

		pro 100g	pro 5g*
Brennwert	kJ	816	41
	Kcal	202	10
Fett (0% kcal), davon - gesättigte Fettsäuren	g	0	0
		0	0
Kohlenhydrate (12% kcal), davon - Zucker**	g	6,0	0,30
		6,0	0,30
Ballaststoffe (85% kcal)	g	86	4,3
Eiweiß (3% kcal)	g	< 1,50	< 0,075
Salz	g	< 0,5	< 0,025

Mineralstoffe

		pro 100g	pro 5g*
Natrium	mg	< 200	< 10
Kalium	mg	< 500	< 25

*  * 1 ML (Messlöffel) =  * 1 Stick = 5 g OptiFibre®

** Ohne zugesetzte Zucker. Enthält natürlich vorkommenden Zucker.

Zutaten: Teilhydrolysiertes Guarkernmehl. Kann Milch enthalten. Glutenfrei.