

## DAWKOWANIE Probiotyk



Nasz probiotyk to jest dopiero MOC! To u nas połączenie PRE biotyków – u nas to inulina i PRO biotyków u nas to Lactobacillus rhamnosus. Prebiotyki zapewniają „domek” probiotykom aby te zasiedliły nasz przewód pokarmowy na dłużej.

Idealne przy nie co dziennym wypróżnieniu i niezbędne podczas kuracji oczyszczającej.

Zwykle polecam by dorośli brali 1 szt dziennie na czczo, a dla dzieci otwierali kapsułkę i dzielili ją na dwie dozy, rano i wieczorem.

Jednak zdania co do tego jak przyjmować probiotyki są podzielone, jedni utrzymują, że najlepiej gdy przyjmujemy je z posiłkiem bo wtedy treść pokarmowa zapewnia powolniejsze przechodzenie probiotyku przez układ pokarmowy.

A inni zalecają tak jak ja by przyjmować je na czczo kiedy soki trawienne i enzymy w żołądku są najsłabsze, aby nie neutralizowały naszych probiotyków.

Bo dobry probiotyk to taki, który żywy dotrze do jelita cienkiego i grubego ;)



*Joanna Manikowska*

### Dawkowanie:

	Dzieci poniżej roku	Kobiety w ciąży	Dzieci 1-2 lata	Dzieci 3- 5 lat	Dzieci 6- 8 lat	Dzieci 9-12 lat	Dzieci 13+ i DOROŚLI
<b>Profilaktycznie</b>	-	1X1/2	1X1/2	2x1/2	2x1/2	2x1/2	1x1
<b>Problemy z wypróżnieniem, grzybica itd.</b>	Jeżeli są duże problemy z wypróżnianiem można odrobinę z kapsułki odsypać i podać	2X1/2	2X1/2	3x1/2	3x1/2	3x1/2	.2x1