

# Žalúdok a trávenie



## MASTICHA

active

### **Masticha Active - úľava od tráviacich problémov**

Masticha Active je unikátnym spojením dvoch účinných prírodných látok:

- Chioská masticha - živica stromu Pistacia lentiscus s obsahom antibakteriálnych látok
- Saccharomyces boulardii - vzácna probiotická kultúra zvyšujúca antibakteriálne pôsobenie mastichy a harmonizujúca črevnú mikroflóru

Kapsuly Masticha Active sa ako jeden z najúčinnnejších prírodných prípravkov odporúčajú užívať primárne pri tráviacich problémoch:

- dyspeptické problémy (bolesti brucha, žalúdočné kŕče, zlé trávenie, pálenie záhy)
- infekcia Helicobacterom pylori, gastritída, žalúdočné vredy
- hnačky

Vďaka svojim antioxidantným účinkom pôsobí Masticha Active priaznivo aj pri problémoch so zvýšeným cholesterolom.

APOTHECARY



## MASTICHA

active

### **Užívanie:**

- Dyspeptické problémy (bolesti brucha, žalúdočné kŕče), zlé trávenie, pálenie záhy, infekcia Helicobacterom pylori, gastritída, žalúdočné vredy - 2 kapsuly 3x denne.
- Hnačky - prvá dávka 4 kapsuly, ďalej pokračovať v užívaní 2 kapsuly 3x denne až do zlepšenia stavu.
- Pri zvýšenom cholesterole sa odporúča užívať 1 kapsula 2x denne - dlhodobo.

### **Rady k užívaniu:**

Pre optimálne účinky terapie odporúčame kapsule Masticha Active užívať 50 dní, čo zodpovedá trom baleniam Masticha Active 100 tbl.

Pre dosiahnutie želaných účinkov Chioskej mastichy je potrebná kvalitná tvorba žalúdočných štiav, ktorú podporíte napríklad užívaním **jablčného octu**.

Kupujte nepasterizovaný, čistý jablčný ocot bez prímiesí. Takýto ocot obsahuje množstvo enzýmov, vitamínov a minerálov, ktoré sú prospešné nielen pre zdravie žalúdka, ale aj pre správne fungovanie celého tela.

Jablčný ocot užívajte týmto spôsobom: do 2 dcl pohára s vodou pridajte 1 polievkovú lyžicu octu a rozmiešajte. Užívajte 2x denne, najlepšie spolu s mastichou. Jablčný ocot sa odporúča užívať dlhodobo.

Naopak, účinky mastichy tlmia antacidá a lieky potláčajúce tvorbu žalúdočných štiav (tzv. inhibítory protónovej pumpy), preto ich počas terapie mastichou užívať neodporúčame.



# MASTICHA

## terapia

### Mastichová kúra - úľava od tráviacich problémov

Chioská masticha - živica zo stromu Pistacia lentiscus sa považuje za jednu z najúčinnejších prírodných látok na tráviace problémy. Masticha tvorí základ viacerých produktov, ktorých kombináciou dosiahneme optimálne výsledky pri zbavovaní sa žalúdočných ťažkostí, pretože dovolíme mastiche, aby pôsobila vo všetkých úrovniach - od ústnej dutiny až po žalúdok.

Terapia Chioskou mastichou sa odporúča pri týchto tráviacich problémoch:

- dyspeptické problémy (bolesti brucha, žalúdočné kŕče, zlé trávenie, pálenie záhy)
- infekcia baktériou Helicobacter pylori
- gastritída
- žalúdočné vredy

Masticha je vhodná aj ako prevencia proti črevným ťažkostiam, napríklad pri cestovaní, alebo v období zvýšenej záťaže organizmu (stres, skúšky...). Vďaka svojim antioxidačným účinkom pôsobí Masticha priaznivo aj pri problémoch so zvýšeným cholesterolem.

#### Masticha Active – silnejší účinok

Produkt Masticha Active je unikátne spojenie dvoch účinných prírodných látok: Chioskej mastichy a vzácnej probiotickej kvasinky Saccharomyces Boulardii. Probiotické kultúry posilňujú antibakteriálne účinky mastichy, zároveň harmonizujú črevnú mikroflóru.

#### Dávkovanie Masticha Active:

- Dyspeptické problémy (bolesti brucha, žalúdočné kŕče), zlé trávenie, pálenie záhy, infekcia Helicobacterom pylori, gastritída, žalúdočné vredy - 2 kapsuly 3x denne.
- Hnačky - prvá dávka 4 kapsuly, ďalej pokračovať v užívaní 2 kapsuly 3x denne až do zlepšenia stavu.
- Pri zvýšenom cholesterole sa odporúča užívať 1 kapsula 2x denne - dlhodobo.

Tri balenia Masticha Active vystačia na 50 dní užívania, čo je optimálna doba pre úspešnú terapiu.



APOTHECARY

# MASTICHA TERAPIA

## Mastichová kúra - úľava od tráviacich problémov

#### Jablčný ocot

Pre správne účinkovanie mastichy je nevyhnutná správna tvorba žalúdočných štiav. Jablčný ocot stimuluje tvorbu žalúdočných štiav a enzýmov, ktoré sú potrebné pre správne fungovanie tráviaceho traktu. Najvhodnejší je ocot, ktorý je nepasterizovaný a bez prímiesí, z overeného zdroja, vyrobený z jablák, ktoré neboli chemicky ošetrované.

Užívanie jablčného octu: zmiešajte 1 polievkovú lyžicu s 2-3 dcl vody a vypite pred jedlom. Užívajte 1-3x denne. V prípade, že trpíte žalúdočnými vredmi alebo silným zápalom žalúdočnej sliznice, začnite najprv užívať Chioskú mastichu a s užívaním jablčného octu začnite najskôr až po 10 dňoch užívania mastichy.

#### Test na helikobaktera

Pre správne určenie výsledkov terapie odporúčame vykonať si test pred začatím užívania mastichy a tiež po ukončení 50-dňovej terapie. Test sa vykonáva zo vzorky stolice v pohodlí vášho domova, pričom výsledky získate už do 10 minút.

Správne vyhodnotenie testu: Na teste sa vám po zhruba 10 minútach objavia symboly, pomocou ktorých viete určiť výsledky testu. Ak sa na teste objaví len jedna čiarka, test je negatívny. Ak však vidíte čo i len náznak druhej čiarky, test sa považuje za pozitívny.

#### Mastichové kryštály

Antibakteriálne účinky mastichových kryštálov pôsobia blahodárne pre prostredie ústnej dutiny. Počas žuvania mastichových kryštálov sa do ústnej dutiny uvoľňuje množstvo liečivých látok, ktoré sa dostávajú do prostredia žalúdka, kde ďalej pôsobia. K zbaveniu sa žalúdočných problémov tak pristupujeme komplexne - už od ústnej dutiny. Navyše - žuvanie mastichových kryštálov pomáha proti paradentóze, osviežuje dych a zabraňuje vzniku zubných kazov.

Kryštály sú praktické na použitie - zvyknite si ich nosiť pri sebe v kabelke, či v aute a vytvorte si z ich žuvania každodenný rituál. Odporúčame žuť 3x denne jeden kryštál strednej veľkosti.

Ak vám ich žuvanie spôsobuje problém, dodržte tieto rady:

Pred žuťaním sa napite čistej vody, aby sa podporila slinotvorba. Kryštál najprv rozžujte prednými zubami a keď je mäkkší spojte ho so slinami, čím sa vytvorí hmota podobná tuhšej žuvačke. Pre vyťaženie všetkých liečivých látok odporúčame žuvanie v trvaní 15-20 minút a následne kryštál vyplúť.

#### Žuvačky s obsahom mastichy

Vďaka obsahu mastichy, ktorá pôsobí antibakteriálne, antisepticky a antimykoticky majú žuvačky širšie pole pôsobnosti ako len zabezpečenie sviežeho dychu. Odporúčajú sa užívať pri problémoch s paradentózou, zubnými kazmi a zubným povlakom.

Žuvačky neobsahujú cukor ani aspartam, sú sladené prírodným cukrom - xylitolom. Užívajte 1-2 žuvačky po každom jedle dlhodobo.

#### Upozornenie:

Účinky mastichy tlmia antacidá a lieky potlačujúce tvorbu žalúdočných štiav (tzv. inhibitory protónovej pumpy), ktoré sú často predpisované k liečbe antibiotikami. Preto tieto lieky počas terapie mastichou užívať neodporúčame.





# MASTICHA

## vena

### **Masticha Vena - prírodná terapia pre vaše srdce a cievy**

Masticha Vena - jedinečné spojenie chioskej mastichy a patentovaných výťažkov z olív a granátového jablka.

- znižuje zlý cholesterol
- zvyšuje dobrý cholesterol
- znižuje vysoký krvný tlak
- znižuje hladinu cukru v krvi
- zabraňuje oxidácii LDL cholesterolu a jeho ukladaniu v cievach
- zvyšuje citlivosť buniek na inzulín, čím predchádza metabolickému syndrómu (posledné štádium pred vznikom cukrovky)
- podporuje cirkuláciu krvi v cievach
- prispieva k zdravému tráveniu

Bez vedľajších účinkov.  
Vhodná aj pre diabetikov.



### **Čo sú srdcovocievne ochorenia a ako vám pomôže Masticha Vena?**



V spoločnosti dlho prevládala názor, že hlavnou príčinou srdcovo-cievnych ochorení je konzumácia tučných jedál. Najnovšie výskumy však ukazujú, že skutočnou príčinou je vysoká hladina cukru v krvi. Hladinu cukru v krvi zvyšujú nielen potraviny a nápoje s vysokým obsahom rafinovaného cukru, ale aj múčne jedlá, cestoviny, biela ryža, konzumácia alkoholu a rovnako aj stres.

Vysoká hladina cukru v krvi spôsobuje obezitu, ukladanie tukových zásob do podkožného tuku a pečene. Zvyšuje hladiny zlého cholesterolu (LDL) a spôsobuje zápalové ochorenia ciev. Zvýšené hodnoty cukru v krvi spôsobujú postupné zvyšovanie hladiny inzulínu. To má za následok zadržiavanie vody v tele a zužovanie ciev, čo spôsobuje opuchy, potenie a vysoký krvný tlak.



**Masticha Vena** znižuje hladinu cukru v krvi a zvyšuje citlivosť buniek na inzulín, predchádza spomínaným problémom a aj vzniku tzv. metabolického syndrómu (prediabetes), ktorý sa označuje ako posledné štádium pred vznikom cukrovky.

#### **Strašiak cholesterol**

Cholesterol je stavebnou látkou nervov, zodpovedá za tvorbu hormónov a žlče, vyživuje náš mozog a vplyva aj na mnoho ďalších funkcií v tele. Pre správne fungovanie organizmu je nevyhnutný. Dokonca, ak je hladina cholesterolu príliš nízka, hrozia depresie, úzkosti, či dokonca rozvoj demencie. Aj keď je LDL cholesterol označovaný ako "zlý", problémom sa stáva až vo chvíli, keď zoxidiuje. Až potom spôsobuje zužovanie a upchávanie ciev.



**Masticha Vena** zabraňuje oxidácii LDL cholesterolu a tak zabraňuje vzniku aterosklerózy.

Výskumy rovnako ukazujú, že k tomu aby sa cholesterol dokázal usadiť v stenách ciev, musia byť tieto cievy oslabené zápalom. V zdravej cieve sa cholesterol nedokáže usadiť.

**Masticha Vena** so svojimi silnými protizápalovými a antibakteriálnymi účinkami zabraňuje vzniku zápalov.

## PRÁVE STE DOSTALI DO RÚK DOMÁCI TEST NA HELICOBACTER PYLORI. DOVOĽTE NÁM POVEDAŤ VÁM VIAC O TOM, AKO HO SPRÁVNE POUŽIŤ.

Tento test pri správnom použití dokáže odhaliť baktériu helikobaktera v tele a to už do 10 minút. Pred jeho použitím si pozorne prečítajte návod a postupujte presne podľa neho.

**Určenie výsledku:** Po vykonaní testu počkajte aspoň 10 minút. Na teste sa vám počas tohto času vytvoria zreteľné symboly, pomocou ktorých dokážete test vyhodnotiť.

Ak sa na teste objaví LEN jedna čiarka, test je negatívny a vy netrpíte infekciou. Ak sa však na teste objaví čo i len náznak druhej čiarky (často slabô viditeľný), test sa považuje za pozitívny a vo vašom tele bola objavená baktéria helikobaktera pylori.

## ČO ROBIŤ AK VÁM TEST VYŠIEL POZITÍVNE?

Ak sa na vašom teste na helikobaktera ukázali dve čiarky, pravdepodobne trpíte nákazou helikobakterom a mali by ste pristúpiť k liečbe a odstráneniu infekcie z organizmu.

Liečba helikobaktera je dvojaká:

- **antibiotická** - vaša gastroenterológ vám predpíše dvoj alebo troj-kombináciu silných antibiotík na niekoľko týždňov. Liečba je vyčerpávajúca pre organizmus, preto nezabudnite k tejto liečbe zaradiť aj probiotiká.

- **prírodná liečba** - komplexná kúra za pomoci prírodnej látky Masticha. Táto liečba je menej invazívna, bezpečná a jej výsledky pri eradikácii helikobaktera dosahujú vysokú úspešnosť.



## Brokolicový olej (*Brassica oleracea var. italica*)

Je vynikajúcim zdrojom príbuzných protirakovinových látok nazývaných izotiokynáty, ktoré rakovinu ničia tak, že neutralizujú karcinogénne látky. Uskutočňujú to prostredníctvom znižovania ich škodlivých účinkov a stimulovaním uvoľňovania zabijakov karcinogénov a urýchľovaním ich odstraňovania z tela. Početné štúdie naznačujú, že izotiokynáty pomáhajú pri prevencii rakoviny pľúc a pažeráka a môžu znižovať riziko vzniku iných druhov rakoviny tráviacej sústavy. Brokolica obsahuje najmä účinný izotiokyanát, ktorý dokáže potlačiť nádory napr. prsníka, prostaty. Hoci za priaznivý vplyv brokolice na naše zdravie môže množstvo látok, osobitú pozornosť si zaslúžia indoly. Brokolica obsahuje indol-3-karbinol. Ten je dôležitý najmä pre ženy. Estrogén má tri základné metabolity, ktoré sa v tele správajú odlišne. Dva z nich pôsobia karcinogénne a jeden je nezhubný a vykazuje ochranné účinky. Indol-3-karbinol zlepšuje pomer medzi nezhubným metabolitom a potenciálne škodlivými. Brokolica svojim zložením je účinná v boji proti baktérii spôsobujúcej žalúdočné vredy a zápal sliznice žalúdka (*Helicobacter pylori*). Má vysoký obsah antioxidantného betakarotenu a vitamínov C a E. Je bohatým zdrojom kyseliny listovej a železa. Vyslovene vysoký obsah vápnika z nej spravil účinný zosilňovač kostí. Olej podnecuje krvotvorbu a zabezpečuje výživu buniek kyslíkom.



## Vitamín U

Vitamín s priaznivým vplyvom na vylučovanie a tvorbu žalúdočnej kyseliny.



Vitamín s priaznivým vplyvom na enzymatické funkcie a posilnenie celkovej správnej funkcie tráviaceho traktu. Jeho názov pochádza z počiatočného písmena názvu Ulcer = vred. Vitamín U je čisto prírodná látka vyskytujúca sa v kapuste, listoch zelenej zeleniny a v žltku. Priaznivo vplyva pri zmiernení vonkajších a vnútorných vredov bez jaziev a podporuje detoxikáciu organizmu. Má pozitívny vplyv na hemoroidy a s nimi spojené zápal.

**Enzym** - BIO Market, Dr. Alexandra 16, Kežmarok  
☎ 0917 320 517, e-mail: info@jemzdravo.sk  
**www.JemZdravo.sk**

Tieto informácie nie sú náhradou za odbornú lekársku starostlivosť. Sú to vo ne dostupné informácie "na internete", príp. na letákoch poskytnutých výrobcom.