

Колонзак™



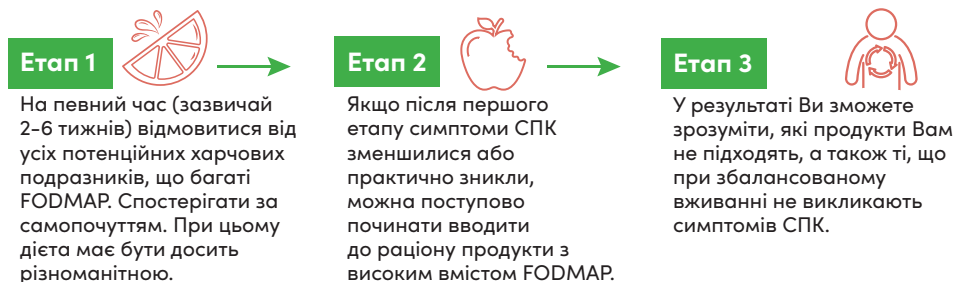
Дієтична добавка Колонзак™. Склад: масляна кислота 250 мг, інулін 100 мг, Bifidobacterium bifidum Bb-06 SD6576 1,8 x 10⁹ KYO, Bifidobacterium lactis BI-04 ATCC SD5219 0,9 x 10⁹ KYO. **Спосіб споживання та рекомендована добова доза:** дорослим по 1-2 капсули на добу після прийому їжі. Тривалість споживання визначається лікарем індивідуально. Не перевищувати рекомендованої добової дози. Не вживайте після строку придатності, зазначеного на упаковці. Не є лікарським засобом. Дієтичну добавку не рекомендується застосовувати в якості заміни повноцінного харчування. Зберігати в захищеному від дітей місці. **Найменування та місцезнаходження виробника:** SALIX SRL, Viale del Lavoro, 14 - 36030 MONTE DI MALO (VI), Італія на замовлення PharmUnion LLC, 3524 Silverside Road, Suite 35B, Wilmington, Delaware, 19810, США. / САЛІКС СРЛ, Віале дель Лаворо, 14 - 36030 Монте-ді-Мало (VI), Італія на замовлення ФармІоніон ЛЛС, 3524 Сільверсайд Роуд, Сьют 35В, Вільмінгтон, Делавер 19810, Сполучені Штати Америки. **Найменування та місцезнаходження імпортера (прийняття претензій від споживачів):** ТОВ «АСІНО УКРАЇНА», Україна, 03124, м. Київ, бульвар Вацлава Гавела, будинок 8.

Харчові продукти – джерела FODMAP та їх альтернативи з низьким вмістом FODMAP*

	Джерела, багаті FODMAP	Джерела з низьким FODMAP
Овочі	Артишок, спаржа, цвітна капуста, часник, зелений горошок, гриби, цибуля (біла її частина)	Баклажани, квасоля (зелена), зелений стручковий перець (болгарський перець), морква, огірок, салат, картопля, пагони квасолі, цукіні.
Фрукти	Яблука, вишня, манго, нектарини, персики, груші, сливи, кавун	Ківі (зелений), мандарин, апельсин, ананас, полуниця.
Молочні продукти	Коров'яче молоко, заварний крем, згущене молоко, морозиво, соєве молоко, йогурт	Мигдальне молоко, сир брі/камамбер, сир фета, тверді сири, молоко без лактози, соєве молоко.
Джерела білку	Більшість бобових, мариноване м'ясо/птиця/морепродукти	Яйця, твердий тофу, звичайне варене м'ясо/птиця/морепродукти, темпе
Хліб і крупи	Хліб на основі пшениці/жита/ячменю, сухі сніданки, печиво та закуски продуктів	Безглютенові кукурудзяні пластівці, овес, макарони з кіноа/рису/кукурудзи, безпшеничний/житній/ячмінний хліб
Цукор/ підсолоджувачі/ кондитерські вироби	Кукурудзяний сироп з високим вмістом фруктози, мед, кондитерські вироби без цукру	Темний шоколад, кленовий сироп, столовий цукор
Горіхи та насіння	Кешью, фісташки	Макадамія, арахіс, гарбузове насіння, волоські горіхи

Адаптовано з Monash University. <https://monashfodmap.com/about-fodmap-and-ibs/>

Три етапи FODMAP дієти



FODMAP – це аббревіатура, що означає:

Fermentable – ферментовані
Oligosaccharides – олігосахариди
Disaccharides – дисахариди
Monosaccharides – моносахариди
And – та
Polyols – поліолі

Дієта з низьким вмістом FODMAP була розроблена для пацієнтів з СПК, дослідниками Університету Monash в Мельбурні, Австралія.



*World Gastroenterology Organisation, 2018