

INFORMACIJE O SESTAVI

Ena vrečica **Intesta Max** vsebuje 2500 mg mikrogranuliranega natrijevega butirata in trigliceridov rastlinskega izvora, kar ustreza 750 mg natrijevega butirata.
Sestavine: mešanica popolnoma hidrogeniranih trigliceridov maščobnih kislin iz palmovega olja, natrijev butirat, naravna aroma brusnice, sladilo - Acesulfam K.

IZGLED IZDELKA INTESTA MAX IN VSEBINA PAKIRANJA

Vsebina embalaže: 30 vrečic (15 x 2), pakiranih v škatli z navodilom.

Rahlo rumena zrnca.

Neto količina: 75,9 g (30 vrečic po 2,53 g)

Hranilna vrednost	v 100 g	v 1 vrečici	v 2 vrečicah
Energijska vrednost kJ/kcal	2836 kJ/688 kcal	71 kJ/17 kcal	142 kJ/34 kcal
Maščobe	70 g	1,75 g	3,5 g
- vključno z maščobnimi kislinami	70 g	1,75 g	3,5 g
Ogljikovi hidrati	14 g	< 0,5 g	< 0,5 g
- vključno s sladkorji	0 g	0 g	0 g
Beljakovine	0,5 g	< 0,5 g	< 0,5 g
Sol	16,2 g	0,4 g	0,8 g
- vključno z natrijem	6,5 g	0,16 g	0,32 g
Natrijev butirat	30 g	0,75 g	1,5 g

Vsebuje sladilo - acesulfam K

POMEMBNE INFORMACIJE PRED UPORABO

Ne uporabljajte v primeru preobčutljivosti na katero koli sestavino izdelka. Uporabljajte pod zdravniškim nadzorom. Izdelek ni namenjen za parenteralno uporabo. Izdelek ne more biti edini vir hrane. Ne smejo ga uporabljati osebe, ki nimajo zgoraj navedenih zdravstvenih stanj, zdravstvenih motenj ali kakršnih koli zdravstvenih indikacij za njegovo uporabo.

Nosečnost in dojenje

Ni podatkov o uporabi izdelka pri nosečnicah in doječih materah.

KAKO SHRANJEVATI IZDELEK INTESTA

Shranjujte pri temperaturi do 25 °C, izven dosega majhnih otrok. Zaščitite pred svetlobo in vlago. Ne uporabljajte po datumu minimalne trajnosti, ki je naveden na strani embalaže in posamezni vrečici. Rok minimalne trajnosti pomeni zadnji dan določenega meseca.

Reference:

1. Nutritional problems of patients with inflammatory bowel disease Baczevska- Mazurkiewicz D, Rydzewska G. Przegląd Gastroenterologiczny 2011; 6 (2): 69-77

2. Personalized dietotherapy in response to changes in the gastrointestinal tract related to aging or multiple diseases - part I. Lewandowicz M. GERIATRIA 2014; 8: 43-48

3. Clinical aspects of the use of butyric acid in dietary management in intestinal diseases T. Banasiewicz, K. Borycka-Kiciak, A. Dobrowolska-Zachwieja, J. Friediger, A. Kiciak, P. Krokowicz, E. Malecka-Panas, P. Pietrzak , G. Rydzewska, W. Tarnowski, R. Zabielski Gastroenterological Review 2010; 5 (6)

4. Nutritional and functional properties of dietary fibre, Lasota B. Journal of NutriLife, 2014, 07, ISSN: 2300-8938, url: <http://www.NutriLife.pl/index.php?art=151> [access: 2020.03. 10]

5. The role of intestinal microbiota in shaping human health - implications in the practice of a family doctor Gałczyka M., Basinska A.M., Bartnicka A. Family Medicine Forum 2018, volume 12, no. 2, 50-59

6. Guidelines on the irritable bowel syndrome: mechanisms and practical management, Spiller R., et al Gut 2007; 56: 1770-1798

7. Tarnowski W., Borycka-Kiciak K., Kiciak A. et al .: Results of treatment of hypersensitive bowel syndrome with butyric acid - preliminary report. Practical Gastroenterology 2011; 1: 43-48.

8. Quality of life and clinical symptoms in patients with irritable bowel syndrome treated with protected sodium butyrate. Banasiewicz T., Kaczmarek E., Maik J., Stojcev Z., Marciniak R., Krokowicz P. et al. Practical Gastroenterology 2011; 5: 45-53.

9. Practical Medicine Video Interviews <https://www.mp.pl/gastrologia/video/214285>, Post infective-irritable-bowel syndrome

10. Irritable bowel syndrome - a new look at etiopathogenesis. Nehring P, Mrozikiewicz- Rakowska B, Krasnodębski P, Karnafel W, Przegląd Gastroenterologiczny 2011; 6 (1): 17-22 DOI: <https://doi.org/10.5114/pg.2011.20103> Date of online publication: 2011/03/01

11. Travel medicine in medical practice. Korzeniewski K. First edition, chapter 5, 2019

12. Sodium butyrate and short - chain fatty acids in prevention in travelers' diarrhea: A randomized prospective study Krokowicz T. Et al. Travel Medicine and Infectious Diseases 2014, 12 183-188

Proizvajalec:
Simplex Sp. z o.o.
63 Waryńskiego St.
43-190 Mikołów
Poljska

Za
BIOLEK Sp. z o.o.
[BIOTON Group] Macierzysz
12 Poznańska St.
05-850 Ożarów Mazowiecki, Poljska

Distributer za Slovenijo:
Proksimum Pharma d.o.o.
Pot k sejmišču 26a
1231 Ljubljana Črnuče

Informacije za osebe, ki prejemajo IntestaMax

Živilo za posebne zdravstvene namene

IntestaMax®

30 vrečic



Pri bolnikih s črevesnimi boleznimi in motnjami je zelo pomembno, da je osnovno zdravljenje podprto z ustrezno prehrano.^{1,2} Redno obnavljanje epitelijskega pomena za ponovno vzpostavitev in ohranjanje normalnega delovanja črevesja. Zdrav črevesni epitelij ščiti telo pred neželenim prodiranjem mikroorganizmov in toksinov iz črevesne vsebine v telo. Pravilno delujoča črevesna sluznica proizvaja zadostno količino sluzi. Sluz ima pomembno vlogo ne le kot pregrada, ki ščiti črevesni epitelij, temveč je tudi optimalno okolje za bakterije, vključno s tistimi, ki so zelo koristne za gostitelja. Zaradi plasti sluzi se lahko mikrobi trajno naselijo v črevesju in proizvajajo številne pomembne spojine, vključno z vitamini in mlečno kislino. Zdravo črevo ima normalno gibljivost, zaradi katere se vsebina premika po različnih delih prebavne poti, kar omogoča prebavo in absorpcijo. Vsi ti procesi zahtevajo energijo. Epitelij debelega črevesa jo pridobiva z uporabo butirata, ki se naravno pojavlja v debelem črevesu kot prednostni vir energije³

KAKO SE TVORI BUTIRAT?

Zdrava prehrana temelji na rednem uživanju zadostnih količin prehranskih vlaknin, ki so zelo pomembna sestavina naše prehrane.

Dokazano je, da obstaja povezava med uživanjem vlaknin in manjšim tveganjem za razvoj črevesnih bolezni, vključno z rakom, pa tudi srčno-žilnih in presnovnih bolezni, kot sta debelost in sladkorna bolezen.⁴ Sprva je veljalo, da so vlaknine "čistilec" nepotrebnih in strupenih prebavnih in balastnih snovi, kar olajša odvajanje blata in preprečuje zaprtje. Raziskave so pokazale, da so vlaknine v črevesju podvržene bakterijski fermentaciji, v kateri nastanejo kratkoverižne maščobne kisline, med katerimi ima butirat najmočnejše neposredne biološke učinke na črevesje in posredne učinke na presnovo celotnega telesa.

Butirat ima koristen učinek predvsem v smislu zagotavljanja energije celicam in tkivom, ki sestavljajo črevesje. Na pravilno ravnovesje tvorbe in presnove butirata vplivajo dejavniki, ki zavirajo nastajanje butirata ali povzročajo povečano potrebo telesa po tej snovi.³

ZMANJŠANA TVORBA BUTIRATA

K zmanjšanju tvorbe butirata lahko prispevajo naslednji dejavniki:

- » Disbioza, tj. motnje flore v debelem črevesu.⁵
- » Ne zadosten vnos prehranskih vlaknin in prehrana z nizko vsebnostjo vlaknin.
- » Prehitro prehajanje črevesja zaradi driske ali zlorabe odvajal.

Disbioza je kvantitativna in kvalitativna motnja mikrobioma. Klasičen primer motnje mikrobioma je disbioza, ki jo povzroča antibiotično zdravljenje, zlasti dolgotrajno zdravljenje z več zdravili. Disbioza je lahko posledica okužb s patogenimi mikroorganizmi, ki povzročijo "izpodiranje" koristnih bakterij iz njihovega naravnega okolja, kar poruši ravnovesje mikrobioma. Ena od posledic črevesne okužbe je postinfekcijski sindrom razdražljivega črevesja.

Težava nezadostnega vnosa vlaknin ni le posledica slabih prehranjevalnih navad. Diete z nizko vsebnostjo vlaknin se pogosto uporabljajo pri črevesnih, vnetnih in funkcionalnih boleznih. Paradoksalno je, da se ljudje, ki bi morali uživati več vlaknin, da bi imeli več butirata, zaradi slabe tolerance izogibajo vlaknin v svoji prehrani. Približno 55 % ljudi s sindromom razdražljivega črevesja navaja, da izdelki z veliko vlakninami poslabšajo simptome bolezni.⁶ Če je sestava našega mikrobioma motena (disbioza), nakopičene rastlinske vlaknine v črevesju nabreknejo, proizvodnja butirata pa se ne poveča. To lahko povzroči drisko in druge črevesne simptome.

POVEČANA POTREBA PO BUTIRATU

Osebe z boleznimi in motnjami črevesja imajo v primerjavi z zdravimi večjo potrebo po butiratu.³

- » Motnje črevesja, poškodbe sluznice in vnetje

Omenjena stanja lahko povzročijo bolezni (sindrom razdražljivega črevesja, vnetne črevesne bolezni). Zapleti po radioterapiji lahko vključujejo poškodbe črevesnih struktur in funkcij ter disbiozo. Zloraba alkohola in nekatera zdravila povzročajo spremembe v prepustnosti črevesne pregrade, kar lahko povzroči vnetje. Aditivi v živilih lahko spremenijo strukturo črevesne stene in povzročijo vnetje.

- » Kirurški posegi

Kirurški posegi zaradi črevesnih bolezni (rak, polipi, divertikuloza itd.) povzročijo povečano potrebo po energiji zaradi regeneracije črevesja. Butirat je osnoven in nujen vir energije, ki obnavlja celice črevesne sluznice.³

PRIPOROČILO ZA UPORABO

Intesta Max je živilo za posebne zdravstvene namene, ki se priporoča pri dieti v naslednjih primerih:

- sindrom razdražljivega črevesja (IBS - irritable bowel syndrome) in druge funkcionalne črevesne motnje;
- Driska in črevesne motnje, ki jih med drugim povzročajo antibiotska terapija, radioterapija, kemoterapija ali patogeni;
- kirurški posegi na področju črevesja;
- vnetna črevesna bolezen;
- divertikulitis;
- potovanje na območja z nižjim sanitarnim standardom;
- omejen vnos vlaknin.

POSEBNA FORMULA NADZOROVANEGA SPROŠČANJA

Zaščita hranil pred absorpcijo v želodcu bistveno vpliva na količino butirata, ki doseže debelo črevo. Premišljeno razvita sestava matrice trigliceridov določa hitrost in kraj sproščanja natrijevega butirata kot hranila. Matrica je sestavljena iz premišljeno izbranih, popolnoma hidrogeniranih trigliceridov maščobnih kislin palmovega olja. Zaradi matrice se natrijev butirat sprošča postopoma od trenutka, ko trebušna slinavka izloči encime za prebavljanje maščob v dvanajstnik, kjer se začne proces razgradnje matrice. Trigliceridna matrica, uporabljena v izdelku **Intesta**, omogoča, da približno 50 % natrijevega butirata doseže debelo črevo.

Sprva je veljalo, da je način zaščite edini dejavnik, ki vpliva na učinke sproščanja butirata. Praksa z uporabo je pokazala, da je prav tako pomembna tudi uporaba dovolj velikih odmerkov natrijevega butirata glede na telesne potrebe. Zaradi tehnologije mikroinkapsulacije natrijevega butirata v trigliceridni matrici sta družba **Intesta** in logotip tehnologije mikroinkapsulacije MSB (mikroinkapsuliran natrijev butirat) zaščitena s patenti.

DELOVANJE POTRJENO S PREISKUŠANJI

Pozitiven učinek prehranjevanja z mikroinkapsuliranim natrijevim butiratom (v količini 300 mg natrijevega butirata na dan) kot dodatka k zdravljenju sindroma razdražljivega črevesja je bil dokazan v dveh kliničnih študijah (kratkoročnih, randomiziranih, dvocentričnih). Obe študiji sta pokazali izboljšanje kakovosti življenja in zmanjšanje intenzivnosti nekaterih opaženih simptomov v skupini bolnikov, ki so prejeli mikroobloženi natrijev butirat, v primerjavi s kontrolno skupino.^{7,8} Pomembno je, da so bolniki izdelek zelo dobro prenašali.

KAKŠEN ODMEREK IZBRATI?

Na podlagi vseh znanih parametrov ni mogoče natančno oceniti, kakšne odmerke butirata potrebuje vaše telo. V strokovnem mnenju, objavljenem leta 2010, so se strokovnjaki strinjali, da ima dnevni odmerek 300 mg butirata preventivni učinek. Vnos 300 mg natrijevega butirata na dan za proizvodnjo črevesne vsebine 3-4 l/dan poveča koncentracijo butirata v črevesju za 1 mmol/l. Strokovnjaki predlagajo, da se na začetku terapije in ob poslabšanih obroki povečajo, kar povzroči povečanje koncentracije butirata v črevesju na 3-5 mmol/l, nato pa se postopoma vrnejo na preventivni obrok, da se ohrani pozitiven učinek prehrane. To pomeni, da lahko tri do petkrat večji odmerki pokrijejo dejanske potrebe telesa.³ Dovolj velik odmerek butirata lahko pozitivno vpliva na stanje črevesja. Zato je izdelek na voljo v dveh različicah: **Intesta Max** v vrečicah, ki vsebujejo 750 mg natrijevega butirata, za intenzivno nadzorovano dieto, in **Intesta** v kapsulah, ki vsebujejo 150 mg natrijevega butirata, za vzdrževanje pozitivnega učinka predhodnega prehranjevanja.

KAKO JEMATI IZDELEK INTESTA MAX?

Granule v vrečicah **Intesta MAX** so netopne v vodi. Vsebinske vrečice **Intesta MAX** je priporočljivo jemati neposredno v usta in jo popiti z vodo ali drugo tekočino sobne temperature ali jo zmešati z gostim obrokom, npr. jogurtom ali kremnim sirom. **Intesta MAX** ima naravno aromo brusnice, čeprav ima lahko vsebina vrečice specifičen vonj, značilen za natrijev butirat. Zato je priporočljivo, da vsebinske vrečice pogoltnete takoj po odprtju. Da bi dosegli hitre in trajne koristi uporabe izdelka **Intesta MAX**, je treba izdelek jemati redno (vsak dan) in ustrezno dolgo časa, kot je priporočeno v navodilu ali s strani zdravnika. V nekaterih primerih se lahko izdelek **Intesta MAX** uporablja kot dolgotrajna dietna terapija.

Sindrom razdražljivega črevesja (IBS) in druge črevesne motnje

Pri sindromu razdražljivega črevesja in funkcionalnih motnjah črevesja lahko terapija poteka v obdobjih, v katerih se uporabljajo veliki odmerki butirata, da se čim prej doseže pozitiven učinek prehrane. Takšni postopki se lahko izvajajo redno.

Priporočljivo je jemanje 1 vrečice **Intesta MAX** zjutraj po zajtrku, dokler ni dosežen pozitiven učinek, vendar ne manj kot en mesec.

Če v tem času pozitiven učinek na prehrano ni dosežen, lahko nadaljujete z uporabo izdelka **Intesta MAX**, dokler ga ne dosežete.

Nato lahko nadaljujete z uporabo kapsul **Intesta**, ki vsebujejo manjši odmerek natrijevega butirata, za vzdrževanje učinka.

Zdravnik vam lahko priporoči uporabo različnih odmerkov, ki so prilagojeni vašemu zdravju.

Driska in črevesne motnje, ki jih med drugim povzročajo antibiotsko zdravljenje, radioterapija, kemoterapija ali patogeni

Priporočljivo je jemanje 1 vrečice **Intesta MAX** zjutraj po zajtrku, dokler ni dosežen pozitiven učinek, vendar ne manj kot en mesec.

Če v tem času pozitiven učinek na prehrano ni dosežen, lahko nadaljujete z uporabo izdelka **Intesta MAX**, dokler ga ne dosežete.

Nato lahko nadaljujete z uporabo kapsul **Intesta**, ki vsebujejo manjši odmerek natrijevega butirata, za vzdrževanje učinka.

Zdravnik vam lahko priporoči uporabo različnih odmerkov, ki so prilagojeni vašemu zdravju.

Driske ne smemo podcenjevati, saj se lahko razvije v postinfekcijski sindrom razdražljivega črevesja.^{9, 10}

Kirurški posegi na črevesju

Zdravnik vam lahko priporoči jemanje izdelka **Intesta Max** neposredno pred ali po posegu.

Pred posegom

Priporočljivo je jemanje 1 vrečke zjutraj po zajtrku ali 1 vrečke zjutraj po zajtrku in 1 vrečke zvečer po večerji, približno 10-14 dni pred kirurškim posegom.

Zdravnik lahko priporoči obdobje jemanja in odmerka, ki je individualno prilagojen prehranskim potrebam bolnika.

Pooperativno obdobje.

Priporočljivo je jemanje 1 vrečice zjutraj po zajtrku ali 1 vrečice zjutraj po zajtrku in 1 vrečke zvečer po večerji, približno 10-14 dni pred kirurškim posegom.

Zdravnik lahko priporoči obdobje jemanja in odmerka, ki je individualno prilagojen prehranskim potrebam bolnika.

Zdravnik vam lahko svetuje, da še naprej uporabljate kapsule **Intesta**, ki vsebujejo manjši odmerek natrijevega butirata.

Vnetna črevesna bolezen

Priporočljivo je jemanje 1 vrečice **Intesta MAX** zjutraj po zajtrku.

Zdravnik lahko priporoči obdobje jemanja in odmerka, ki je individualno prilagojen prehranskim potrebam bolnika.

Divertikulitis

Priporočljivo je jemanje 1 vrečice **Intesta MAX** zjutraj po zajtrku.

Zdravnik vam lahko svetuje glede uporabe izdelka **Intesta MAX** ali izdelka Intesta. Zdravnik lahko priporoči obdobje jemanja in odmerka, ki je individualno prilagojen vašim prehranskim potrebam.

V študijah, ki so vključevale bolnike z divertikulitisom, je bilo jemanje 2 kapsul 150 mg natrijevega butirata dnevno 12 mesecev povezano z manj pogostim ponavljanjem epizod bolezni.¹¹

Prehrana z omejenim vnosom prehranskih vlaknin

Osebam z vnetnimi boleznimi in funkcionalnimi črevesnimi motnjami se lahko svetuje dieta, ki omejuje prehranske vlaknine, če imajo težave z zaužitjem nekaterih rastlinskih živil.

To velja tudi za osebe, ki ne zaužijejo priporočenega dnevnega vnosa vlaknin.

Da bi dosegli ugodne učinke diete z omejenim vnosom vlaknin, vzemite 1 vrečico **Intesta MAX** zjutraj po zajtrku za čas trajanja diete.

Zdravnik lahko priporoči obdobje jemanja in odmerka, ki je individualno prilagojen prehranskim potrebam osebe na dieti. Prehrana z omejenim vnosom prehranskih vlaknin: Osebam z vnetnimi boleznimi in motnjami delovanja črevesja lahko svetujemo uporabo diete z omejitvami, če imajo težave pri uživanju nekaterih rastlinskih živil.

Da bi dosegli ugodne učinke diete z omejenim vnosom vlaknin, vzemite 1 vrečico **Intesta MAX** zjutraj po zajtrku za čas trajanja diete.

Zdravnik lahko priporoči obdobje jemanja in odmerka, ki je individualno prilagojen prehranskim potrebam osebe na dieti.

Bivanje na območjih z nižjim sanitarnim standardom.

Prehrana z **Intesto** je del preprečevanja in/ali lajšanja simptomov črevesnih motenj na potovanjih, priporočljiva za odrasle in otroke.¹¹

V študiji na ljudeh, ki pogosto potujejo, je bila presojana povezava med prehranskim režimom z uporabo mikroinkapsuliranega natrijevega butirata in pojavom morebitnih črevesnih okužb.¹²

Priporočljivo je jemanje 1 vrečice **Intesta MAX** zjutraj po zajtrku in 1 vrečice zvečer po večerji teden dni pred odhodom. Jemanje naj traja ves čas bivanja.

Driske ne smemo podcenjevati, saj se lahko razvije v postinfekcijski sindrom razdražljivega črevesja.^{9,10}