

Ko običajne količine Vita Biose ne zadoščajo

Gospa S. nam je poslala naslednje vprašanje: »Od 1.7.13 uživam vita bioso. Prvi teden po 0,1 dcl, potem sem počasi povečevala in sedaj že 10 dni jemljem probiotik 0,5 dl zjutraj na tešče z mlačno vodo, limono in himalajsko soljo, vse skupaj 3 dcl tekočine. Vonj blata je nespremenjen, vetrovi še vedno zelo neprijetnega vonja. Ali delam kaj narobe? Imam 45 let in sem brez večjih zdravstvenih težav. Na vaši strani piše, da se vonj spremeni že po par dnevih?«

Po naših izkušnjah večina ljudi občuti pozitivne učinke uživanja Vita Biose že po nekaj dneh, če užijejo po 0,3 do 0,5 dl dnevno, saj blato izgubi neprijeten vonj že v nekaj dneh, četudi uživajo mešano hrano. Toda to ne velja za vse, saj je pri nekaterih slaba črevesna flora bolj trdovratno zasidrana v črevesju, kot pri drugih. Pri nekaterih je pri podobni prehrani potreben večji odmerek Vita Biose in daljši čas uživanja kot pri drugih, da dosežejo nesmrdeče blato. Smrdenje blata pa je praviloma povezano z različnimi črevesnimi težavami. Naj navedem ekstremen primer znanca M. (37), ki je že od zgodnjega otroštva imel pogoste težave s črevesjem - od drisk do zaprtja, napihnjenosti, ter lepljivega in smrdečega blata:

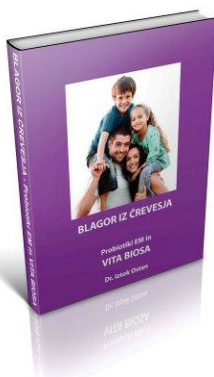
*»Ko sem sprva užival 0,3 do 0,5 dl Vita Biose na dan, nisem zaznal nobene spremembe. Potem sem povečal odmerek na 1 dl dnevno. Upal sem, da mi bo ta količina sčasoma uredila črevesne probleme, pa sem imel še po desetih dneh občutek, da »zlivam napitek proč«. Učinka še vedno nisem zaznal nobenega. Pa sem odmerek še povečal. Moja osebna izkušnja je, da sem moral spiti **zjutraj vsaj 1 dl Vita Biose in enako zvečer**, če sem hotel doseči prave rezultate. Vedno sem moral spiti posebej še vodo, ker me je drugače lahko pekel želodec. Vonj blata se je pri tem režimu normaliziral v približno štirih dneh, z njim pa je zmanjšali lepljivost blata in drugi črevesni problemi.*

Opažam, da je količina, ki učinkuje, precej odvisna tudi od vrste prehrane. Če je v njej precej rastlinske hrane, je potrebna količina Vita Biose manjša. Opažam tudi, da je potem, ko v začetku uredimo stanje z večjo količino Vita Biose, v nadaljevanju za učinkovanje potrebna manjša količina tega napitka.

Naj v tem smislu omenim svojo izkušnjo kasnejšega časa, ko sem občasno prekinjal uživanje Vita Biose. Nekaj dni so me spet mučile črevesne težave. Potem sem se spomnil, da je v hladilniku ostala steklenička Vita Biose, v kateri je bil slab deciliter napitka z že pretečenim rokom uporabe. Nalil sem v stekleničko precej vode, jo dobro poplaknil in popil. Čez noč se je vonj blata normaliziral, druge črevesne težave tudi. V naslednjih dneh se težave niso ponovile, čeprav Vita Biose nisem imel na voljo.»

Da dnevna količina 0,2 dl do 0,5 dl Vita Biose za večino verjetno ni optimalna, pač pa prej minimalna, nakazuje tudi mnenje danskega zdravnika dr. Vagn Hansena. V svoji knjigi o črevesju pri nekaterih rakavih obolenjih priporoča od 0,75 dl do 1 dl Vita Biose dnevno. Glede na to, da Vita Bioso nima negativnih stranskih učinkov niti pri (še) večjih dnevni odmerkih, lahko sklepamo, da je količina, ki po zdravniškem mnenju varuje pred rakom, za naš organizem optimalnejša kot manjši odmerki.

Velja poudariti, da je pri povečevanju količine užite Vita Biose priporočljiva postopnost, saj s tem preprečimo morebitne krize razstrupljanja (glavobol, slabost...). Začnemo npr. z 0,2 do 0,5 dl dnevno; ko se po nekaj dneh pri taki količini počutimo dobro, povečamo npr. na 0,75 dl; po stabilizaciji počutja pri tej količini povečamo na 1,0 dl dnevno ... Če uživamo tipično ameriško hitro hrano, ki žal tudi pri nas ni več redkost, verjetno niti 2 dl Vita Biose dnevno ne bosta zalegla za uravnoteženje črevesne flore.



Več o VITA BIOSI si lahko preberete v knjigi dr. Iztoka Ostana »BLAGOR IZ ČREVESJA – Probiotiki in VITA BIOSA«, ki jo brezplačno lahko dobite na spletnem mestu:

<http://www.probiotik.si/knjiga/>

VITA BIOSA je na voljo v trgovinah z zdravo prehrano, naročite jo pa lahko tudi preko spleta in izkoristite možnosti količinskih popustov ter različnih vrst pakiranj

<http://www.probiotik.si/nakup/>