



## algemene gebruikersinformatie

Advies over hoe om te gaan met een voedingsintolerantie of welk supplement je het beste kunt gebruiken?

Neem contact op met een van onze Intoleran diëtisten via [info@intoleran.com](mailto:info@intoleran.com) of check onze website [intoleran.com](http://intoleran.com)

Omdat we aan bepaalde toegestane productclaims verbonden zijn, mogen we over bepaalde producten niet precies zeggen wat hiervan precies de werking is. Gelukkig mogen we wel al uw vragen beantwoorden. Vragen over de werking van een van onze supplementen? Neem dan gerust contact met ons op!

### disclaimer

Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals gevarieerde evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn.

- De houdbaarheid van de producten is afgedrukt op de verpakking
- Niet gebruiken na het verstrijken van de houdbaarheidsdatum
- Koel en droog bewaren (< 25 graden Celsius)
- Buiten het bereik van kinderen bewaren
- De dagelijks aanbevolen portie niet overschrijden



100%  
vegan



gluten  
free



## meet the range

Intoleran heeft ook producten voor andere voedingsintoleranties, zoals lactose- en histamine intolerantie. Meer info over onze producten? Check [intoleran.com](http://intoleran.com)

### contact informatie

Intoleran • Fruitier de Talmaweg 6  
8435 WE Donkerbroek • Nederland  
[info@intoleran.com](mailto:info@intoleran.com) • +31(0)51 679 45 24



## FODMAP

Spijsverteringsenzymen  
voor voedingsintoleranties



Monash University Low FODMAP Certified™ supplement.  
Een portie van deze producten bevat weinig FODMAP's.

**intoleran**  
digestive experts

## over intoleran

Intoleran is specialist op het gebied van supplementen bij voedingsintoleranties. Onze missie is om iedereen te laten genieten van eten, óók met een voedingsintolerantie. Remko Hiemstra, de oprichter van ons bedrijf, is zelf lactose-intolerant en zag dat er op dat vlak nog een wereld te winnen was. Vanuit zijn eigen ervaring is hij daarom in 2008 gestart met het ontwikkelen van supplementen.

Inmiddels biedt Intoleran een uitgebreid assortiment aan supplementen voor verschillende voedingsintoleranties. We produceren onze supplementen in onze eigen productie-locatie in Nederland. Daarbij gebruiken we **alleen voor de werking van de supplementen noodzakelijke ingrediënten**, dus geen onnodige toevoegingen. Zo kunnen zoveel mogelijk mensen onze producten gebruiken zonder ongewenste bijwerkingen en kan iedereen weer onbekommerd genieten van eten!

### wat zijn FODMAP's?

FODMAP is een afkorting voor: Fermenteerbare Oligosachariden, Disachariden, Monosachariden And Polyolen, welke van nature voorkomen in onze voeding. Het zijn voedingsstoffen die in de dunne darm slecht worden opgenomen en hierdoor in de dikke darm terecht komen. Wanneer deze FODMAP's in de dikke darm terecht komen, kunnen deze zorgen voor vervelende darmklachten, zoals buikpijn, winderigheid of diarree.

### fructanen en galactanen

Fructanen en galactanen zijn oligosachariden. Fructanen komen voor in bijvoorbeeld knoflook, ui, prei, tarwe en koolsoorten. Galactanen komen bijvoorbeeld voor in bonen, peulvruchten, cashewnoten en pistachenoten.

### lactose

Lactose is een disacharide. Lactose komt bijvoorbeeld voor in melk en andere zuivelproducten als yoghurt, slagroom en ijs. Het lactase enzym kan helpen bij de vertering van lactose.

### fructose

Fructose is een monosacharide en wordt ook wel fruitsuiker genoemd. Fructose komt met name voor in fruit, bepaalde soorten groenten en honing.

### sucrose

Sucrose (sacharose) is een suiker en behoort tot de koolhydraten. Sacharose komt voor in bijvoorbeeld tafelsuiker, frisdranken, koekjes, snoep en sauzen.

## quatrase

Ons product quatrase bevat de enzymen Lactase, Alpha Galactosidase, Xylose Isomerase en invertase. Quatrase **helpt bij de vertering van diverse FODMAP's** zoals lactose. Beschikbaar in twee verschillende sterktes. De capsules zijn in te nemen met de maaltijden. De capsules kunnen ook worden opengedraaid om het poeder vervolgens los in te nemen. Quatrase is ook geschikt voor kinderen.

### Gebruiksadvies:

Per keer 1 tot 3 capsules innemen vlak voor de maaltijd. Maximaal 15 capsules per dag innemen.

### Ingrediënten (per capsule) quatrase/quatrase forte:

Lactase (5.000/10.000 FCC); Vulstof: Calcium carbonaat; Alpha Galactosidase (600/1200 u); Xylose Isomerase (5.000/7.500u); Invertase (250/500 u); HPMC (capsule). Nettogewicht proefmonster: 2.4 gram.



## starchway

Ons product starchway bevat de enzymen Invertase en Gluco-Amylase. De capsules zijn in te nemen met de maaltijden. De capsules kunnen ook worden opengedraaid om het poeder vervolgens los in te nemen. Starchway is ook geschikt voor kinderen.

### Gebruiksadvies:

Per keer 1 tot 3 capsules innemen vlak voor de maaltijd. Maximaal 15 capsules per dag innemen.

### Ingrediënten (per capsule):

Vulstof: Calcium carbonaat, Dextrose; Invertase (7500 u); Gluco-amylase (2500 u); HPMC (capsule). Nettogewicht proefmonster: 2.5 gram.

## fructase

Ons product fructase bevat het enzym Xylose Isomerase, 7500 Units per capsule. De capsules zijn in te nemen met de maaltijden. De capsules kunnen ook worden opengedraaid om het poeder vervolgens los in te nemen. Fructase is ook geschikt voor kinderen.

### Gebruiksadvies:

Per keer 1 tot 3 capsules innemen vlak voor de maaltijd. Maximaal 15 capsules per dag innemen.

### Ingrediënten (per capsule):

Vulstof: Calcium carbonaat; Xylose Isomerase (7500 u); HPMC (capsule). Nettogewicht proefmonster: 1.1 gram.

## fibractase

Ons product fibractase bevat het enzym Alpha Galactosidase. Beschikbaar in twee verschillende sterktes: 600 of 1200 Units per capsule. De capsules zijn in te nemen met de maaltijden. De capsules kunnen ook worden opengedraaid om het poeder vervolgens los in te nemen. Fibractase is ook geschikt voor kinderen.

### Gebruiksadvies:

Per keer 1 tot 3 capsules innemen vlak voor de maaltijd. Maximaal 15 capsules per dag innemen.

### Ingrediënten (per capsule) fibractase/fibractase forte:

Vulstof: Calcium carbonaat; Alpha Galactosidase (600/1200 u); HPMC (capsule). Nettogewicht proefmonster: 1.1/2.6 gram.