



## algemene gebruikersinformatie

Advies over 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.nl](http://intoleran.nl)

Omdat we aan bepaalde toegestane productclaims verbonden zijn, mogen we over bepaalde producten niet precies zeggen wat hiervan de werking is.

Heb je na het lezen van de informatie in deze folder nog vragen, neem dan gerust contact met ons op.



Het Monash University Low FODMAP certified keurmerk wordt onder licentie gebruikt in Nederland door Intoleran. Monash University heeft dit product beoordeeld op FODMAP's, maar niet op andere gezondheidsclaims. Eén portie van dit product kan helpen bij het volgen van het low FODMAP-dieet. Een strikt low FODMAP-dieet mag alleen worden gevolgd onder toezicht van een diëtist/arts. Ga voor meer informatie naar [www.monashfodmap.com](http://www.monashfodmap.com)



## meet the range

Naast de producten in deze folder heeft Intoleran ook producten met spijsverteringsenzymen welke kunnen ondersteunen bij diverse FODMAP-intoleranties, zoals een lactose-intolerantie. Check [intoleran.nl](http://intoleran.nl) voor meer informatie.

### contactinformatie

Intoleran • Ravenswade 106  
3439 LD Nieuwegein • Nederland  
[info@intoleran.com](mailto:info@intoleran.com) • 030-2272172



## pre- en probiotica

**intoleran**  
digestive experts

## over intoleran

Intoleran is specialist op het gebied van supplementen voor maag en darm, zoals spijsverteringsenzymen, pre- en probiotica. Sinds 2008 produceren wij onze supplementen in Nederland waarbij kwaliteit altijd centraal staat. Daarbij gebruiken wij alleen de noodzakelijke ingrediënten, dus geen onnodige toevoegingen. Zo kunnen zoveel mogelijk mensen onze producten gebruiken zonder ongewenste bijwerkingen. Ons team van spijsverterings-experts staat altijd voor je klaar met praktisch advies en aanvullende informatie over onze producten.

## wat zijn probiotica?

Probiotica zijn levende micro-organismen, ook wel goede bacteriën genoemd, die de eigen darmbacteriën in de darmflora kunnen aanvullen. Darmflora (ook wel darmmicrobioom genoemd) is een verzamelnaam voor alle soorten bacteriën die in je darmen leven met elk een eigen taak en eigenschappen. Je darmflora is net zo uniek als je vingerafdruk.

## wat zijn prebiotica?

Prebiotica (vezels) zijn niet-verteerbare voedingsstoffen die onveranderd de dikke darm bereiken. Hier dienen ze als voedingsbron voor goede darmbacteriën.

## kruiden en aminozuren

Kruiden, zoals gember, munt en koriander kunnen helpen bij het ondersteunen van de spijsvertering en darmfunctie. Aminozuren zijn de bouwstenen van eiwitten die belangrijk zijn voor ons lichaam.



## gut support duo

30 probiotica- en 30 kruidencapsules

Intoleran gut support duo bevat een combinatie van probiotica en kruiden ter ondersteuning van de darmfunctie en spijsvertering<sup>1</sup>. De verpakking bevat twee soorten capsules:

**Probiotica (ochtend):** maagzuurresistente capsules met 5 zorgvuldig geselecteerde bacteriestammen en per capsule 12 miljard goede bacteriën.

**Kruidenmix (avond):** capsules met een mix van gember, munt en koriander ter ondersteuning van de darmfunctie en spijsvertering<sup>1</sup>. De capsules bevatten daarnaast het aminozuur L-glutamine.

- ✓ **Combinatie** van probiotica en kruiden
- ✓ Ondersteunt de **darmfunctie en spijsvertering**<sup>1</sup>
- ✓ **5 bacteriestammen** met **12 miljard** levende bacteriën
- ✓ Kruidenmix met **gember, munt en koriander**
- ✓ **Wetenschappelijk ontwikkeld**

### gebruik

Neem elke dag 1 probiotica capsule in de ochtend en 1 kruidenmix capsule vlak voor de avondmaaltijd met water.

### ingrediënten

per kruiden capsule	
mint extract	170 mg
gember extract	150 mg
koriander	100 mg
l-glutamine	50 mg



per probiotica capsule	
lactobacillus acidophilus NCFM	5 mld kve
bifidobacterium lactis HN019	2 mld kve
bifidobacterium breve BR03	2 mld kve
bacillus coagulans IS-2	2 mld kve
lactobacillus plantarum LP01	1 mld kve

kve = kolonievormende eenheden



## daily fibre support

175 gram

Intoleran daily fibre support bestaat uit prebiotische vezels van de guarboon gecombineerd met gemberextract. Het product dient ter aanvulling op de dagelijkse vezelinname en ondersteunt de darmwerking en een regelmatige stoelgang<sup>2</sup>.

Intoleran daily fibre support is smaakloos en 100% oplosbaar in je eten en drinken. In tegenstelling tot andere vezels die een gelachtige structuur aan voedsel geven, heeft de guarboonvezel geen invloed op de smaak en textuur. Je kunt het daarom goed toevoegen aan o.a. water, yoghurt, sap, kwark, soep of een smoothie. Hiermee is Intoleran daily fibre support bijzonder gebruiksvriendelijk en kun je het gemakkelijk opnemen in je dagelijkse routine.

- ✓ Ondersteunt de **darmwerking en stoelgang**<sup>2</sup>
- ✓ Draagt bij aan **dagelijkse vezelbehoefte**
- ✓ **Prebiotische guarboonvezel met gemberextract**
- ✓ Volledig **oplosbaar in eten en drinken**
- ✓ **Low FODMAP**-gecertificeerd en vegan



**wist je dat?**  
75% krijgt te weinig vezels binnen.  
2 schepjes bevat evenveel vezels als 4 bruine boterhammen.

### gebruik

Voeg dagelijks 1-2 afgestreeken schepjes poeder toe aan (koude, warme) dranken of voedsel.

### ingrediënten

	per 1 schepje	per 2 schepjes
vezels	4,3 g (12,3% ADH)	8,6 g (24,6% ADH)
gemberextract	150 mg	300 mg

ADH = aanbevolen dagelijkse hoeveelheid, op basis van 35 gram.

<sup>1</sup> gember, munt en koriander <sup>2</sup> gember

\* gezondheidsclaim in afwachting van Europese toelating

