

ALFA MICROBIO XIII

PROBIOTIQUE À LARGE SPECTRE AVEC 13 SOUCHES ET 15 MILLIARDS DE BACTÉRIES ACTIVES PAR CAPSULE

INDICATIONS

- Protège et renforce le système digestif
- Soutient l'immunité
- Santé bucco-dentaire
- Santé des femmes
- En cas de diarrhée
- Soutien neurologique
- Soutien cardiovasculaire

INGRÉDIENTS PAR GÉLULE VÉGÉTALE GASTRO-RÉSISTANTE	QUANTITÉ ACTIVE
Mix de 13 souches probiotiques (15 milliards de bactéries) Bifidobacterium infantis LMG 25627 (0,7 mb), Bifidobacterium longum LMG 26652 (0,9 mb), Lactobacillus acidophilus LMG 8151 (0,3 mb), Levilactobacillus brevis LMG S-33254 (0,7 mb), Lactobacillus delbr subsp. bulgaricus LMG 27274 (0,4 mb), Lacticaseibacillus casei LMG 6904 (0,9 mb), Lactiplantibacillus plantarum LMG 26655 (0,9 mb), Lacticaseibacillus rhamnosus LMG 25626 (0,7 mb), Ligilactobacillus salivarius LMG 9477 (1 mb), Streptococcus thermophilus DSM 19385 (0,4 mb), Bacillus coagulans LMG 6326 (4,4 mb), Bacillus subtilis natto LMG S-29373 (3 mb), Saccharomyces boulardii MUCL 53837 (0,7 mb).	150 mg

Excipients : maltodextrine, carbonate de calcium, phosphate de calcium, hydroxypropylméthylcellulose, pectine, eau purifiée.

Ne contient pas d'allergènes (gluten, soja, lait, œufs, poisson, crustacés, céleri, moutarde, noix, graines de sésame, sulfite, lupin, mollusques et arachides).

CARACTÉRISTIQUES UNIQUES

- Qualité**
- Spectre étendu de bienfaits pour la santé.
 - En raison de la diversité naturelle et de la composition personnelle unique du microbiote, un complément probiotique contenant une grande diversité de souches est recommandé. En supplémentant en permanence une grande quantité de la même variété, une sorte de « saturation » peut se produire. Ceci est évité en supplémentant avec un large spectre de souches différentes.
 - L'utilisation de gélules végétales gastro-résistantes garantit que les bactéries probiotiques atteignent vivantes l'intestin.

Effet synergétique

- Ce sont principalement les bactéries lactiques qui conviennent comme probiotiques. Ces bactéries convertissent les sucres en acide lactique et appartiennent à 4 espèces différentes (lactobacilles, bifidobactéries, streptocoques, lactocoques) qui regroupent des milliers de souches différentes.
- Il n'existe pas de probiotique universel. Chaque souche possède des propriétés spécifiques. Les souches que nous avons retenues dans cette formule correspondent aux indications citées ci-dessus et pour chaque souche l'efficacité sur une indication précise a été démontrée par des études.

Indications par souche probiotique												
	Santé intestinale	Diarrhée	Santé mentale	Cholestérol / Cardio	Immunité	gestion du poids	Intolérance au lactose	Santé bucco-dentaire	Nutricosmétique	Sport	Peau	Santé féminine
Bifidobacterium infantis		X	X		X		X					
Bifidobacterium longum			X	X	X		X					X
Lactobacillus acidophilus	X	X		X	X		X	X		X		X
Levilactobacillus brevis			X									X
Lactobacillus delbr bulgaricus	X						X		X			
Lacticaseibacillus casei			X					X	X			
Lactiplantibacillus plantarium		X	X	X		X			X			
Lactobacillus rhamnosus		X	X		X			X	X		X	X
Lactobacillus salivarius	X		X					X				
Streptococcus thermophilus	X				X		X					
Bacillus coagulans	X	X			X							X
Bacillus subtilis natto	X			X	X							
Saccharomyces boulardii		X								X		



CONSEILS D'UTILISATION

1 gélule végétale par jour, à jeun.

Traitement minimum de 1 mois.

Il est recommandé en cas de diarrhée et/ou de troubles digestifs sévères de prendre deux gélules par jour, réparties sur la journée.



30 GÉL. VÉG. GASTRO-RÉSISTANTES
AS 715/81

PRÉCAUTIONS

Recommandé à partir de 3 ans. Le produit n'est pas développé pour les bébés.
Déconseillé aux personnes présentant un déficit immunitaire (sévère).

INFORMATIONS SCIENTIFIQUES

DIGESTION

- Restaurer et maintenir l'équilibre de la flore intestinale. La flore intestinale est une communauté complexe de bactéries qui vivent dans les intestins. Les probiotiques peuvent aider à rétablir ou à maintenir l'équilibre de cette flore intestinale, essentielle à une bonne digestion et à l'absorption des nutriments.
- Compétition avec les bactéries nocives. Les probiotiques suppriment les bactéries nocives et les empêchent de se multiplier.
- Renforcer la barrière intestinale, afin qu'elle devienne moins perméable aux substances nocives. Prévient l'inflammation et soutient le maintien d'une fonction intestinale saine.
- Production de substances bénéfiques telles que les acides gras à chaîne courte, qui favorisent la santé intestinale et réduisent l'inflammation.
- Suppression des bactéries pathogènes. Supprimer les bactéries pathogènes ou inhiber leur croissance comme traitement et prévention des infections.
- Modulation du système immunitaire : favoriser une réponse immunitaire saine et réduire l'inflammation.
- Amélioration de la digestion en favorisant la décomposition des aliments et l'absorption des nutriments. Cela peut aider à réduire les symptômes tels que les flatulences, les ballonnements et la diarrhée.

AUTRES INDICATIONS

- Santé vaginale. Certaines souches spécifiques de probiotiques, telles que *Lactobacillus rhamnosus*, peuvent favoriser la santé vaginale et aider à prévenir les infections vaginales.
- Santé de la peau. Il existe des preuves que les probiotiques peuvent aider à traiter des affections cutanées telles que l'acné, l'eczéma et la rosacée. Adopter une flore intestinale saine peut également favoriser la santé globale de la peau.
- Santé mentale. Grâce à la connexion intestin-cerveau, une flore intestinale saine est liée à une influence positive sur l'humeur et la santé mentale. Les probiotiques peuvent améliorer l'humeur et réduire l'anxiété et la dépression.
- Allergies et troubles atopiques. Certaines recherches suggèrent que les probiotiques pourraient aider à prévenir ou à réduire le développement d'allergies et de maladies atopiques telles que l'asthme et le rhume des foins, en particulier chez les enfants.
- Effets anti-inflammatoires. Les probiotiques peuvent réduire les réponses inflammatoires dans le corps et peuvent être utiles dans la prévention et le traitement des affections liées à l'inflammation.
- Santé cardiovasculaire. Certaines données suggèrent que les probiotiques pourraient avoir des effets bénéfiques sur la santé cardiovasculaire en aidant à gérer les taux de cholestérol et la tension artérielle.
- Santé des voies respiratoires. Certaines études suggèrent que les probiotiques pourraient réduire la fréquence et la gravité des infections des voies respiratoires, comme le rhume et la grippe.

SORTES DE SOUCHES

Lactobacilles

- Une des espèces bactériennes les plus importantes présentes dans l'intestin. Sont également présents dans la cavité buccale et le vagin.
- Sont un élément essentiel d'un microbiote intestinal sain, car ils soutiennent l'immunité.
- Il existe une grande diversité de lactobacilles présents dans l'intestin. En complétant différentes souches de lactobacilles, la diversité de la flore intestinale est stimulée et soutenue.

Bifidobactéries

- Une composition saine de bifidobactéries est liée à une bonne santé (intestinale).
- Propriétés antibactériennes contre les bactéries pathogènes, notamment *Bifidobacterium infantis* et *Bifidobacterium longum*.
- La souche dominante de bifidobacterium chez les nouveau-nés et les mères est *Bifidobacterium longum*.
- Idéalement complété par des souches de lactobacilles pour un effet synergique.

Saccharomyces

- Le plus connu est le *Saccharomyces boulardii*. Il est utilisé comme remède contre la diarrhée depuis 1950.
- La levure a un effet bénéfique sur les intestins.

Streptocoque Thermophilus

- Les bactéries décomposent le lactose (le sucre présent dans le lait), que les personnes intolérantes au lactose ont du mal à digérer.

Bacillus coagulans et Bacillus subtilis natto sont des bactéries sporulées bénéfiques pour la santé intestinale. En raison de leur nature sporulée, ils peuvent survivre à l'acidité de l'estomac et produire ensuite de l'acide lactique dans les intestins. Un environnement intestinal acide est favorable au bon développement des bactéries intestinales bénéfiques et à l'inhibition des bactéries intestinales nocives.

- Il existe de nombreuses références à l'utilisation de *Bacillus coagulans* pour améliorer la flore vaginale, améliorer les douleurs abdominales et les ballonnements chez les patients atteints du syndrome du côlon irritable, augmenter la réponse immunitaire aux infections virales, ainsi que le traitement et la prévention de la diarrhée.
- Le *Bacillus subtilis natto* soutient la production d'enzymes pour la dégradation des protéines (protéase) et de l'amidon (amylase). Il a également été démontré dans des études que le *Bacillus subtilis* abaisse le taux de cholestérol et renforce l'immunité.

Etudes scientifiques

1. Round JL et al. The gut microbiota shapes intestinal immune responses during health and disease. *Nat Rev Immunol*. 2009;9(5):313-23.
2. Hawrelak JA et al. The causes of intestinal dysbiosis: a review. *Altern Med Rev*. 2004;9(2):180-197.
3. Ciorba MA. A gastroenterologist's guide to probiotics. *Clin Gastroenterol Hepatol*. 2012;10(9):960-8.
4. Goldin BR et al. Clinical indications for probiotics: an overview. *Clin Infect Dis*. 2008;46 Suppl 2:S96-100.
5. Armuzzi A et al. The effect of oral administration of *Lactobacillus GG* on antibiotic-associated gastrointestinal side-effects during *Helicobacter pylori* eradication therapy. *Aliment Pharmacol Ther*. 2001;15(2):163-9.
6. Matsumoto M et al. The influence of the immunostimulation by bacterial cell components derived from altered large intestinal microbiota on probiotic anti-inflammatory benefits. *FEMS Immunol Med Microbiol*. 2007;49(3):387-90.
7. Gardiner GE et al. Oral administration of the probiotic combination *Lactobacillus rhamnosus GR-1* and *L. fermentum RC-14* for human intestinal applications. *Int Dairy J*. 2002;12:191.
8. Nishijima K et al. Probiotics affects vaginal flora in pregnant women, suggesting the possibility of preventing preterm labor. *J Clin Gastroenterol* 2005;39(5):447-8.
9. Szymanski H et al. Treatment of acute infectious diarrhoea in infants and children with a mixture of three *Lactobacillus rhamnosus* strains—a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Aliment Pharmacol Ther*. 2006;23:247-253.
10. Ciorba MA et al. *Lactobacillus* probiotic protects intestinal epithelium from radiation injury in a TLR-2/cyclooxygenase-2-dependent manner. *Gut* 2012;61:829-838.
11. Schultz M, Timmer A, Herfarth HH, et al. *Lactobacillus GG* in inducing and maintaining remission of Crohn's disease. *BMC Gastroenterol* 2004;4:5.
12. Nermes M et al. Interaction of orally administered *Lactobacillus rhamnosus GG* with skin and gut microbiota and humoral immunity in infants with atopic dermatitis. *Clin Exp Allergy* 2010;41:370-7.
13. Ooi LG et al. Cholesterol-lowering effects of probiotics and prebiotics: a review of in vivo and in vitro findings. *Int J Molec Sci*. 2010;11:2499-522.
14. Hatakka K et al. Effects of probiotic therapy on the activity and activation of mild rheumatoid arthritis—a pilot study. *Scand J Rheumatol*. 2003;32(4):211-5.
15. Dekker JH. Vaginale aandoeningen: candidiasis, bacteriële vaginose en trichomoniasis. *Seksoa*, juli 2011. http://www.soaaidsmagazine.nl/artikel_medisch_/1436#Reid G et al. Probiotic *Lactobacillus* dose required to restore and maintain a normal vaginal flora. *FEMS Immunol Med Microbiol*. 2001;32(1):37-41.