

Пробіотик

ПЛАНТАРУМ

Дієтична добавка



**Назва:** дієтична добавка «Плантарум».

**Склад:** наповнювач - мальтодекстрин; ліофілізовані штами молочнокислих бактерій *Lactobacillus plantarum* CECT 7485, *Lactobacillus brevis* CECT 7480; стабілізатор - гідроксипропілметилцелюлоза; антиспікаючий агент - магнію стеарат.

**Рекомендована щоденна порція містить:**

сумарно не менше  $1 \times 10^9$  КУО\* (CFU) пробіотичних штамів мікроорганізмів *Lactobacillus plantarum* CECT 7485 та *Lactobacillus brevis* CECT 7480.

\* колонієутворюючих одиниць.

**Рекомендації щодо споживання:** рекомендована для включення в раціони дієтичного харчування як додаткове джерело пробіотичних молочнокислих бактерій.

Комбінація штамів *L. plantarum* і *L. brevis* має дві інноваційні характеристики: високу концентрацію пробіотиків і синергійний ефект комбінації мікроорганізмів, які діють разом і посилюють властивості один одного. Вона сприяє підтриманню відновлення балансу кишкової мікрофлори, допомагає зміцнювати природний захист організму. Збалансована і здорова мікробіота сприяє покращенню якості життя, в тому числі психоемоційного стану людини.

**Науково доведені властивості складових дієтичної добавки\*:**

*Lactobacillus plantarum* та *Lactobacillus brevis* є представниками роду *Lactobacillus*, який охоплює понад 50 видів лактобактерій. Поряд з біфідобактеріями, лактобактерії є одними з основних бактеріальних колонізаторів шлунково-кишкового тракту людини. Вони відіграють важливу роль у підтримці його фізіологічної цілісності та функціональності з ранніх етапів життя.

Велика кількість видів молочнокислих бактерій має тривалий досвід безперечного безпечного застосування. Європейське відомство з безпеки харчових продуктів розробило систему, яка надає статус «кваліфікованої презумпції безпеки» (QPS) таксономічним одиницям із підтвердженням тривалим досвідом безперечного безпечного застосування. Штами CECT 7485, CECT 7480 належать до бактеріальних видів, які мають статус QPS.

Штами живих мікроорганізмів Плантарум є компонентом двоспрямованої системи зв'язку - «вісь мікробіота-кишківник-мозок», яка об'єднує нервові, ендокринні, метаболічні та імунологічні сигнали між кишківником та головним мозком. [1,2]

Штам Плантарум *Lactobacillus brevis* CECT 7480 був спеціально відібраний за його здатність перетворювати глутамат, поширену в кишечнику амінокислоту, на ГАМК за допомогою ферменту глутаматдекарбоксилази [3] та дофамін.

Виробництво ГАМК лактобактеріями привернуло увагу через потенційну користь для здоров'я, пов'язану з цим нейромедіатором. ГАМК бере участь у регулюванні настрою, зменшенні тривожності та сприянні розслабленню. Деякі дослідження показують, що лактобактерії, які виробляють ГАМК, можуть позитивно впливати на психічне здоров'я та самопочуття. ГАМК є основним гальмівним нейромедіатором, що регулює емоційні процеси - тривогу та депресію.

Штам Плантарум *Lactobacillus plantarum* CECT 7485 був спеціально відібраний за його здатність виро-

бляти ацетилхолін [4]. Ацетилхолін - це нейромедіатор, який відіграє важливу роль у нервовій системі, включаючи м'язові скорочення, пам'ять та когнітивні функції. Наукові дослідження також підтверджують, що пробіотики допомагають запобігти когнітивній дисфункції [5]. *Lactobacillus plantarum* сприяє функціонуванню кишкового бар'єру, зміцнюючи епітелій та модулюючи мікробіоту кишечника. [6]

\* Будь ласка, зверніть увагу, що ці дослідження надаються виключно з інформаційною метою і не є медичною консультацією. Якщо ви плануєте вживати ПЛАНТАРУМ або будь-яку іншу дієтичну добавку, вам слід проконсультуватися з лікарем.

**Застереження щодо споживання:** не перевищувати рекомендовану добову дозу. Уникати вживання при відомій підвищеній чутливості до одного або декількох компонентів, при гострих захворюваннях шлунково-кишкового тракту. Людям зі значно зниженим імунітетом, вагітним або жінкам, що годують груддю, слід вживати тільки після консультації з лікарем. «Плантарум» не слід використовувати як заміну повноцінного раціону харчування. Дієтична добавка не призначена для діагностики, лікування або попередження будь-яких захворювань.

**Спосіб споживання та рекомендована кількість для щоденного споживання:** приймати внутрішньо дорослим по 1 капсулі на добу після прийому їжі, запиваючи достатньою кількістю води. Перед споживанням рекомендована консультація лікаря.

**Рекомендований термін споживання:** 1 місяць, в подальшому термін споживання узгоджується з лікарем.

**Форма випуску:** капсули; 15 капсул у блістері з алюмінієвої фольги; 1 блістер у картонній пачці.

Маса нетто 6,525 г (g).

**Умови зберігання:** зберігати в оригінальній упаковці при температурі не вище 25 °C, у сухому та захищеному від світла місці. Зберігати у недоступному для дітей місці.

**Термін придатності до споживання:** 2 роки (24 міс.) від дати виробництва.

**Не є лікарським засобом. Без ГМО.**

**Виробник:** АБ-БІОТІКС С.А. (АВ-BIOTICS S.A), Авеню де ла Торре Бланка, 57, 08172 Сант Кугат дель Валес, Барселона, Іспанія; виробничий майданчик: АЛІФАРМ С.А, Пол. Інд. «Ельс Хопс» Hay 9, 08185 Ліса-де-Валь (Барселона) - Іспанія/ALIFARM S.A, Poï. Ind. "Els Xops" Nau 9, 08185 Lliçà de Vail Barcelo-na) - Spain) на замовлення ЗАТ «Фармліга», вул. Антакальньо, буд. 48А-304, Вільнюс, Литовська Республіка/UAB «Farmlyga» Antakalnio g. 48A-304, Vilnius, Republic of Lithuania. **Представництво виробника в Україні щодо прийняття претензій:** ПРЕДСТАВНИЦТВО "УАБ "ФАРМЛІГА", Україна, 07300 Київська область, м. Вишгород, вул. Шолуденка, 1, тел: +38 067 373 79 83.

**Країна походження: Іспанія.**

**Імпортёр:** Спільне українсько-іспанське підприємство "Сперко Україна", вул. 600-річчя, буд. 25, м. Вінниця, 21027, Україна, тел. +38(0432)523 049.

\* Наукові дослідження:

1. Bravo JA, et al. Ingestion of a strain of Lactobacillus regulates emotional behaviour and central GABA receptor expression in the mouse via the vagus nerve. Proc Natl Acad Sci U S A. 2011; 108(38): 16050-16055.
2. Yunes RA, et al. Microbiota-driven formation of peripheral GABA mediates the anti-anxiety effect of fermented products. Proc Natl Acad Sci U S A. 2016; 113(46): 13104-13109.
3. Production of gamma-aminobutyric acid by Lactobacillus brevis NCL912 using fed-batch fermentation. Haixing Li, Ting Qiu, Guidong Huang, and Yusheng Cao , Microb Cell Fact. 2010; 9: 85. Published online 2010 Nov 12. doi: 10.1186/1475-2859-9-85.
4. The production of acetylcholine by a strain of Lactobacillus plantarum. M. Stephenson, J Gen Microbiol. 1947 Sep;1(3):279-98. doi: 10.1099/00221287-1-3-279.
5. Probiotics for Neurodegenerative Diseases: A Systemic Review. Sandhya Ojha 1,2, Nil Patil 1,2, Mukul Jain 1,2,\* , Chittaranjan Kole 3 and Prashant Kaushik 4,\* Microorganisms, 2023 Apr 20;11(4):1083. doi: 10.3390/microorganisms11041083.
6. Probiotic Lactobacillus plantarum Promotes Intestinal Barrier Function by Strengthening the Epithelium and Modulating Gut Microbiota Jing Wang 1, Haifeng Ji . Front Microbiol. 2018 Aug 24;9:1953. doi: 10.3389/fmicb.2018.01953.