



VAN DER PIGGE
SINDS 1849

Psyllium Husk 95%

Een mens heeft gemiddeld genomen 30 tot 40 gram vezels per dag nodig. Psyllium vezels kunnen hier een belangrijke bijdrage aan leveren. Deze vezels stimuleren op een natuurlijke wijze de darmwerking. Ze zorgen namelijk voor volume in de darmen. Een goede darmvulling prikkelt de darmwand waardoor het voedsel in de darm goed wordt voortgestuwd en de natuurlijke stoelgang wordt bevorderd. Een ander groot voordeel van psyllium vezels is dat ze vocht aantrekken. Dit helpt de ontlasting zachter te maken.

Je kunt Blond psyllium husk gebruiken voor:

- een regelmatige stoelgang
- bij een dieet
- tijdens de zwangerschap
- een dikkere ontlasting
- bij het ouder worden

Productcategorie: voedingssupplement

Kruiden/vezels

Inhoud: 250 gram

Ingrediënten

Psylliumvezels (Plantaginis ovatae testa/Ispaghula Husk).

Voedingswaarde per 100 gram

Energie: 50 kcal/209 kj

Koolhydraten (incl. voedingsvezel): 91,6 gram

Eiwit: 1,3 gram

Vet: 0,3 gram

Natrium (Na): 0,2 gram

1 schep is 4,5 gram

Gebruiksaanwijzing

Volwassenen en kinderen vanaf 12 jaar: 1 tot 2 maal per dag 2 afgestreken maatscheppen, bij voorkeur 's morgens voor het ontbijt en/of 's avonds voor het slapen gaan.

Kinderen onder de 6 jaar: vóór gebruik een arts raadplegen.

Kinderen van 6 tot 12 jaar: 1 tot 2 maal per dag 1 afgestreken maatschep.

De aanbevolen dosering niet overschrijden, tenzij de arts of therapeut anders voorschrijft.

Vermeng de hierboven aangegeven dosering met een glas water of vruchtensap.

Ruim water gebruiken bij de inname van de vezels **om de ontlasting zachter te maken**: vermeng de vezels met water of vruchtensap en drink daarna nog een groot glas water.

Weinig water gebruiken bij de inname van de vezels **om de ontlasting dikker te maken**. Blond Psyllium Husk kan dan ook door yoghurt of andere voeding worden gemengd.

Dit product is geschikt voor vegetariërs en veganisten.

Waarschuwingen

Blond psyllium husk kan de opname van medicijnen beïnvloeden. Bij voorkeur dient er 2 uur tijd te zitten tussen het gebruik van medicijnen en het gebruik van Blond psyllium husk.

Raadpleeg vóór gebruik een deskundige in geval van zwangerschap, borstvoeding, ziekte of medicijngebruik.

Bewaaradviezen

Droog, donker, koel en buiten bereik van kinderen bewaren.

Een gevarieerde, evenwichtige voeding en een gezonde levensstijl zijn belangrijk.

Voedingssupplementen zijn geen vervanging voor een gevarieerde voeding.

Z-index: 15183688

Productcode: VP0704

Barcode: 8716378007047

Versie 12-12-2017