

OptiFibre®

16 sachets de 5 g

N° d'article: 12269012

Pharmacode: 6148270



OptiFibre®

Boîte de 250 g

N° d'article: 12270571

Pharmacode: 6148264

Utilisation d'OptiFibre® en cas de constipation

Les troubles de la fonction intestinale ne sont pas rares.

Les personnes concernées confient:

- ✓ devoir **souvent pousser très fort** lorsqu'elles vont à selle,
- ✓ avoir des selles **souvent grumeleuses et / ou dures**,
- ✓ éprouver la sensation de **ne pas s'être vidées complètement**,
- ✓ n'aller à selle **que 2 fois par semaine, voire moins**.

Les troubles de la fonction intestinale peuvent être liés à certaines situations (voyage, grossesse, ...), mais souvent ils sont de nature chronique, notamment dû à un apport insuffisant en fibre alimentaires. Les troubles chroniques doivent être examinés par un médecin. Les fibres alimentaires solubles (p.ex. OptiFibre® et la PHGG) peuvent soutenir l'activité intestinale.

Afin d'assurer une tolérance parfaite et d'arrêter la prise d'un éventuel laxatif, la quantité d'OptiFibre® consommée quotidiennement sera augmentée lentement:

Posologie

Utilisation d'OptiFibre®

	matin	midi	soir
1 ^{er} – 3 ^{ème} jour	1 mes. / sachet		
4 ^{ème} – 6 ^{ème} jour	1 mes. / sachet	*	1 mes. / sachet
7 ^{ème} – 9 ^{ème} jour	1 mes. / sachet	1 mes. / sachet	1 mes. / sachet
Dès le 10 ^{ème} jour*	Si nécessaire: 4 mes. par jour et augmenter jusqu'au dosage maximal recommandé de 5 mes. / 5 sachets par jour.		

Dosage journalier maximal recommandé: 5 mes. / sachet*
mes. = mesurette. 1 mes. = 1 sachet = 5 g OptiFibre®

Dosage d'un éventuel laxatif pris jusqu'ici

1 ^{er} – 3 ^{ème} jour	Continuer à le prendre comme d'habitude
4 ^{ème} – 6 ^{ème} jour	Réduire de moitié le dosage pris jusqu'ici
Dès le 7 ^{ème} jour*	Arrêter la prise de laxatifs, continuer avec OptiFibre®

Dès que l'évacuation et la consistance des selles se sont normalisées, vous pouvez maintenir le dosage actuel et si nécessaire (en cas d'apport insuffisant en fibres alimentaires persistant, et/ou de troubles de la fonction intestinale) continuer la prise d'OptiFibre® sur plusieurs jours, semaines, ou mois. Adressez-vous à votre médecin ou à votre spécialiste de la nutrition pour définir le dosage journalier d'OptiFibre® adapté à vos besoins.

En cas de questions, veuillez vous adresser à:

OptiFibre® est un aliment diététique destiné à des fins médicales spéciales. A utiliser sous contrôle médical.



Nestlé HealthScience

NOURISHING PERSONAL HEALTH

OptiFibre®

Gomme de guar partiellement hydrolysée, PHGG



Qu'est-ce qu'OptiFibre®?

OptiFibre® est un concentré unique de fibres alimentaires à base de graines de guar. Il régule l'activité intestinale de façon naturelle.

Comment utiliser OptiFibre®?

OptiFibre® a un goût neutre et se dissout aussi bien dans les liquides que dans les plats froids ou chauds: par ex. boissons, soupes, sauces, yoghourts, purée de pommes de terre, compote de pomme, etc.

Liquides: 1 mesurette / 1 sachet pour 200 ml

Plats: 1 mesurette / 1 sachet pour 150 g

Quels sont les effets d'OptiFibre® / de la PHGG ?

1 Soutien d'une muqueuse intestinale saine

OptiFibre® / la PHGG sert de source nutritive à la muqueuse du côlon et permet aux bactéries intestinales favorables de se multiplier.

2 Structure de la muqueuse du côlon

OptiFibre® / la PHGG est fermentée dans le côlon, ce qui engendre une formation d'acides gras à chaînes courtes (par ex. butyrate). Ceux-ci servent de source d'énergie aux cellules de la muqueuse et sont importants pour la structure de la muqueuse du côlon.

3 Régulation et régénération d'une activité intestinale saine

Diarrhée

Les acides gras à chaînes courtes favorisent la réabsorption de l'eau et du sodium de l'intestin au sang.

- Réduction du nombre de selles par jour
- Réduction de la durée de la diarrhée
- Réduction de l'apparition des diarrhées

La PHGG aide au rétablissement de la fonction de barrière de l'intestin et protège de la translocation bactérienne.

Constipation

- La multiplication des bactéries intestinales augmente le poids des selles et leur fréquence
- Les selles sont plus molles et ont une teneur en eau plus élevée (équilibre hydrique)
- L'éventuelle prise de laxatifs préalable peut être éliminée ou réduite de manière significative

Doux, et efficace!

Les avantages d'OptiFibre®:

- 100% végétal
- Utilisation facile et pratique
- Neutre (goût, odeur, couleur)
- Pas d'effet gonflant: une prise supplémentaire de liquide n'est pas nécessaire
- Pas d'accoutumance: peut être utilisé à long terme
- Il est possible d'éliminer ou de réduire de façon significative la prise éventuelle de laxatifs.
- Exempt de gluten, de fructose, d'additifs, d'arômes et d'édulcorants

OptiFibre® est également indiqué pour les diabétiques, les femmes enceintes et les enfants dès 3 ans.**



* De plus amples informations concernant OptiFibre® / la PHGG sont disponibles sur demande à l'adresse e-mail ou au numéro de téléphone mentionnés ci-dessous.
** Après consultation d'un médecin ou d'un spécialiste de la nutrition, OptiFibre® peut être prescrit aux enfants en bas âge et aux nourrissons.
Pour plus d'informations à ce sujet, veuillez nous contacter à l'adresse: info@medical-nutrition.ch ou gratuitement à l'infoline: 0848 000 303.

