

## Склад

Висівки вівсяні – 100%.

Енергетична цінність ккал / 100 г:

- 246 ккал

Харчова (живильна) цінність в 100 г продукту:

- білки – 17,3 г,
- вуглеводи — 66,2 г,
- жири — 7,0 г.

## Опис

*Природна клітковина* – це поєднання харчових волокон, які не перетравлюються ферментами шлунково-кишкового тракту людини, але успішно ферментують і беруть участь в живленні мікрофлори в товстому кишечнику. Комплексний вплив на систему травлення полягає в посиленні перистальтики (механічне подразнення стінок шлунка і кишечника при набуханні), покращенні жовчовиділення і секреції ферментів. Набухання волокон починається вже в шлунку: подразнюючи нервові закінчення шлунка, волокна створюють ілюзію ситості, зменшують апетит. Висівки підходять для програми по стабілізації ваги, як замітник хліба. Дія висівок обумовлена харчовими волокнами, які входять до їх складу. Харчові волокна пов'язують холестерин, тому висівки рекомендують для профілактики атеросклерозу.

Висівки застосовуються з метою запобігання дисбактеріозу кишечника, оскільки харчові волокна (клітковина) є живильним середовищем для нормальної кишкової мікрофлори. Частилки висівок, завдяки вмісту в них харчових волокон, є універсальним сорбентом. Регулярне вживання висівок допоможе позбутися від запорів і запобігти їх появі в майбутньому. Висівки мають очищуючу властивість, знижують рівень цукру в крові, використовуються як профілактичний засіб для зниження ризику розвитку цукрового діабету 2 типу, покращують діяльність серцевого м'яза, зміцнюють імунітет.

*Вівсяні висівки* є побічним продуктом переробки вівса, в них зберігається максимальна кількість корисних властивостей, властивих зерновій оболонці. Висівки вівсяні містять безліч вітамінів і мінеральних речовин, амінокислоти і поліненасичені жирні кислоти, бета-глюкан, лікопін і лютеїн. У хімічному складі продукту присутні: бета-каротин, вітаміни: А, В1, В2, В5, В6, В9, С, D, Е, К, Н і РР,

а також необхідні організму калій, кальцій, магній, цинк, селен, мідь і марганець, залізо, хлор і сірка, йод, хром, фтор, молібден, бор і ванадій, олово і титан, кремній, кобальт, нікель і алюміній, фосфор і натрій.

### **Рекомендації щодо застосування**

*Клітковина зерен вівса:* додаткове джерело харчових волокон, амінокислот, вітамінів гр. В, макро- і мікроелементів. Сприяє загальному зміцненню організму, поліпшенню обмінних процесів, виведенню токсинів і шлаків з організму, покращенню функціонального стану травної системи.

### **Спосіб застосування**

Дорослим по 1 ст. ложці три рази на день за 30 хвилин до вживання їжі. Запивати достатньою кількістю води. Можна попередньо змішувати зі склянкою кефіру, йогурту, соку або іншої рідини і настоювати 3-5 хвилин. Курс прийому – 1 місяць.

### **Протипоказання**

Індивідуальні чутливість до компонентів, діти до 12 років. Не рекомендується приймати при гострих і хронічних захворюваннях шлунково-кишкового тракту з синдромом діареї, виразковій хворобі шлунка і дванадцятипалої кишки та інших ерозійних ураженнях шлунково-кишкового тракту в стадії загострення, спайковій хворобі черевної порожнини.

### **Форма випуску**

Поліетиленовий пакет 210 г, вкладений в картонну упаковку.

### **Термін придатності**

24 місяці.