

## प्रोबायोटिक गतिविधि के साथ लैक्टिक किण्वकों का आहार पूरक

### मानवीय माइक्रोबायोम

यदि हम मानव शरीर का निर्माण करने वाली विभिन्न प्रकार की कोशिकाओं की गणना कर सकें, तो हमें पता चलेगा कि 10 ट्रिलियन मानव कोशिकाओं के साथ, हमारे शरीर में लगभग 10 गुना (100 ट्रिलियन) बैक्टीरिया कोशिकाएं होती हैं, जो मुख्य रूप से पाचन तंत्र में स्थित होती हैं। 70 किलोग्राम वजन वाले वयस्क में, इस बैक्टीरिया का वजन लगभग 1.6 किलोग्राम होता है, अर्थात् लगभग मस्तिष्क या लीवर जितना होता है। बैक्टीरिया के इस सेट को “मानवीय माइक्रोबायोम” के रूप में परिभाषित किया गया है और यह सूक्ष्मजीवों के मिश्रण को दर्शाता है जो शारीरिक रूप से हमारे शरीर के साथ सहजीवन में रहते हैं और हमारे अस्तित्व के लिए भी अत्यन्त महत्वपूर्ण हैं।

### आंतों के माइक्रोबायोम

आंतों की बैक्टीरियल फ्लोरा, जिसे “आंतों के माइक्रोबायोम” के रूप में भी जाना जाता है, मानव आंत में रहने वाले बैक्टीरिया का एक समूह है। आंत के प्रत्येक भाग में इस बैक्टीरिया के विशिष्ट वर्ग रहते हैं।

आंतों के माइक्रोबायोम द्वारा कई कार्य किए जाते हैं:

- **चयापचयी (पाचन)** (विटामिनों, सूजन रोधी इम्यूनोग्लोब्युलिन और अन्य उपयोगी पदार्थों को पैदा करता है)
- **रक्षात्मक**(रोगजनक प्रजातियों के प्रसार से श्लेष्म की रक्षा करता है)
- **संरचनात्मक**(बृहदान्त्र (कॉलन) की कार्यप्रणाली को सुधारता है और मलीय pH को कम करता है)

शारीरिक स्थितियों में बैक्टीरिया की विभिन्न प्रजातियों में एक गतिशील संतुलन मौजूद होता है, लेकिन कुछ कारक इसे बदल सकते हैं।

ऐसे बदलावों की उपस्थिति में, **प्रोबायोटिक्स** (लैक्टिक किण्वक) लेना उपयोगी होता है, जो सूक्ष्मजीवों से बनता है, जो आंतों तक जीवित पहुंचते हैं, वहां घर बनाते हैं और अन्य संभावित हानिकारक जीवाणु प्रजातियों के प्रसार को रोकते हैं।

प्रोबायोटिक्स के एक संतुलित संयोजन का अध्ययन संपूर्ण पाचन तंत्र को कॉलोनाइज करने के लिए किया गया था और अधिक गाढ़े रूप में दिया गया था, जिस के यह परिणाम प्राप्त करने के अवसर अधिक हैं।

### फ्लोरमिडाबिल डेली

**फ्लोरमिडाबिल डेले** एक पूरी कार्रवाई के लिए प्रोबायोटिक्स के **अद्वितीय और अनन्य सूत्रीकरण** (लैक्टिक किण्वक) में विकसित आहार पूरक है; इसमें लैक्टोबैसिली और बिफीडोबैक्टेरिया के समूहों से संबंधित **4 अलग-अलग उपभेदों में नैदानिक रूप से परीक्षण किए गए 70 बिलियन** जीवित सूक्ष्मजीव शामिल होते हैं।

यह समूह आंत के निम्नलिखित भागों को कॉलोनाइज करते हैं:

- **लैक्टोबैसिली**, मुख्य रूप से छोटी आंत (आंत का पहला भाग) में पाया जाता है।

इसे “छोटी आंत” के रूप में भी जाना जाता है”।

- **बिफीडोबैक्टेरिया**, मुख्य रूप से बृहदान्त्र (कॉलन) में पाया जाता है, जो बड़ी आंत (यह आंत का दूसरा और अंतिम भाग होता है) का हिस्सा होता है। बाद वाले को “बड़ी आंत” के रूप में भी जाना जाता है”।

**फ्लोरमिडाबिल डेले प्रोबायोटिक्स पर आधारित आहार पूरक है जो आंतों के फ्लोरा के संतुलित रहने में सहायता करता है।**

आंतों के फ्लोरा का संतुलन, तनाव, खाने संबंधी विकारों, रोगों (जैसे फ्लू) या जलवायु और स्वच्छता परिवर्तन वाली यात्रा जैसे कारकों द्वारा बदल सकता है।

**फ्लोरमिडाबिल डेले** को निरंतर तरीके से या उपचार चक्रों में, अधिक समय तक भी इस्तेमाल किया जा सकता है।

**उपयोग के लिए निर्देश (12 वर्ष से अधिक आयु के बच्चों और वयस्कों के लिए)**

प्रति दिन एक पाउच लें, इसे सीधे अपने मुंह में घुलने दें या एक गिलास पानी या किसी अन्य तरल जो गर्म न हो, में घोलें। कोई भी एंटीबायोटिक दवा लेने के बाद कम से कम तीन घंटे का अंतराल रखते हुए दिन में सुविधाजनक समय पर (उदाहरण के लिए: भोजन से पहले या तुरंत बाद) उत्पाद लें।

**फ्लोरमिडाबिल डेले** ग्लूटन और लैक्टोज मुक्त उत्पाद है। इसमें सोया, जीएमओ, एस्पेरेटम, एसपारटेम, अन्य स्वाद शामिल नहीं है और शाकाहारी आहार के साथ अनुकूल है। **फ्लोरमिडाबिल डेले** गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं द्वारा अपने चिकित्सक से परामर्श करने के बाद लिया जा सकता है।

**चेतावनियां**

दैनिक अनुशंसित खुराक से अधिक न लें। आहार पूरक विविध और अच्छी तरह से संतुलित आहार तथा एक स्वस्थ जीवन शैली का विकल्प नहीं हैं। तीन साल से कम उम्र के बच्चों की पहुंच से दूर रखें। उत्पाद में पॉलीयोल्स शामिल होता है: अत्यधिक सेवन से रेचक प्रभाव हो सकता है।

## भंडारण की स्थितियां

25°C से कम तापमान पर संग्रहित करें; सौर किरणों की गर्मी के स्थानीयकृत स्रोतों के संपर्क से बचाएं, और सूखे स्थान पर संग्रहित करें। समाप्ति की तिथि सही ढंग से संग्रहित उत्पाद को संदर्भित करती है जिसमें इसकी पैकेजिंग बरकरार होती है।

पोषण संबंधी जानकारी	दैनिक खुराक (1 पाउच)
फ्लोरमिडाबिल सैंडोज़ सूत्रीकरण जिसमें:	70 बिलियन CFU
बिफीडोबैक्टीरियम लैक्टिस (BL-04)	52.5 बिलियन CFU
लैक्टोबैसिलस एसिडोफिलस (LA-14)	14 बिलियन CFU
लैक्टोबैसिलस प्लांटारम (SDZ-11)	2.8 बिलियन CFU
लैक्टोबैसिलस पाराकैसी (SDZ-22)	0.7 बिलियन CFU

CFU: कॉलोनी बनाने वाली इकाइयां

### Sandoz S.p.A.

Largo U. Boccioni, 1 21040 Origgio (VA) सैंडोज़ नोवार्टिस का एक पंजीकृत ट्रेडमार्क है

**SANDOZ** A Novartis  
Division