Začátek roku je tradičně spojený s novými předsevzetími. Chceme se cítit lépe, mít více energie a často si dáváme za cíl i zdravěji se stravovat. Právě tady hraje klíčovou roli **zdravý střevní mikrobiom**, který je **zásadní pro celkové zdraví organismu**. Současné výzkumy potvrzují jeho přímou souvislost mezi civilizačními chorobami, duševními poruchami a zdravým mikrobiomem.

Naše nabídka zahrnuje široké portfolio probiotik, prebiotik a postbiotik pro udržení mikrobiomu v rovnováze. Mohou tak představovat cenný **základ pro nové potravinářské receptury i produkty zaměřené na zdraví**. Zajímá vás to? Čtěte dál!

PROBIOTIKA

Živé mikroorganismy, které pomáhají obnovovat střevní mikroflóru a podporují imunitu, trávení i celkovou kondici.

NAŠE NABÍDKA PROBIOTIK

➤ **Bifidobakterie a Laktobacily** - významná součást lidského mikrobiomu; přirozeně chrání před patogeny

➤ **LifeinU™ Bacillus subtilis CU1** - mimořádně stabilní kmen pro podporu imunity; vhodný pro děti od 3 let i dospělé

PREBIOTIKA

Výživa pro mikrobiom, která podporuje jeho stabilitu a správné fungování - zvláště dnes, kdy konzumujeme převážně ultrazpracované potraviny chudé na obsah prebiotik.

NAŠE NABÍDKA PREBIOTIK

➤ **GOFOS** - dietetická vláknina poskytující funkční a nutriční výhody pro výrobu zdravých a chutných produktů v různých potravinářských aplikacích; tekutá i prášková forma

➤ **Nerozpustná vláknina** - jablečná

➤ **Ovesné vločky** - lisované, válcované, müsli, JUMBO a instantní ovesné vločky

➤ **GlyCare™ (HMO)** - oligosacharidy lidského mléka podporující imunitní a kognitivní funkce

➤ **Lynside® Immunity prebiotic** - kvasničné betaglukany podpoří zdraví mikrobiomu a přizpůsobí se jeho aktuálním potřebám

➤ **Aquamin F** - minerální prebiotikum sloužící jako substrát pro výživu střevního mikrobiomu

➤ **Humiome® B2** - vitamin B2 uzavřený v drobných globulích, jejichž povrch se postupně rozpouští při průchodu střevním traktem tak, aby dopravil vitamin B2 přímo do tlustého střeva; podporuje rovnováhu mikrobiomu i antioxidantní ochranu

POSTBIOTIKA

Bioaktivní látky a metabolity vznikající činností probiotik. Podporují imunitu, posilují střevní bariéru a potlačují nežádoucí bakterie.

NAŠE NABÍDKA POSTBIOTIK

➤ ***L. acidophilus*** - 1B to 200B/g

➤ ***L. casei*** - 1B to 200B/g

➤ ***L. rhamnosus*** - 1B to 300B/g

➤ ***L. reuteri*** - 1B to 300B/g případně další typy podle potřeby

➤ **Humiome® Post LB** - směs tepelně ošetřených kmenů *L. delbrueckii* a *L. fermentum* s fermentovaným kultivačním médiem a aktivními metabolity; podporuje správné trávení u dětí i dospělých; přispívá k obnově rovnováhy mikrobiomu a vykazuje výrazný bifidogenní efekt; díky své stabilitě je vhodný také pro aplikaci do nápojů, šotů i gelů

ZDRAVÝ STŘEVNÍ MIKROBIOM. TÉMA, O KTERÉM JE SLYŠET

ZÁKLADNÍ BIOHACK:
zdravá strava

Správné stravování pro dlouhý a zdravý život se řídí jen několika málo základními poučkami. Většina Čechů ale chybuje ve všech. Na co se zaměřit v jídelníčku a jak dát správně najíst i organismům, které máme ve střevech?

Text: Kristýna Matějková – Foto: Midjourney

Kompletní genetické testy, aplikace krevní plazmy od mladších, kmenové buňky, drahá chytrá zařízení na sledování spánku a desítky doplňků stravy. Odvětví longevity se v posledních letech plní vychytávkami, které můžou mít sílu zlepšit kvalitu lidského života a prodloužit ho. Doposud se ale u nich nestihlo prokázat, zda skutečně fungují, a do jaké míry má tedy smysl jim věnovat svůj čas i peníze.

Čím si však jsou vědci jistí, je, že o tom, jak dlouho a v jakém zdraví budeme žít, do vysoké míry rozhodují úplné základy – tedy jak moc se hýbeme, jak spíme a zejména jak se stravujeme. „S prodloužením života můžeme začít úplně bez peněz. Metody, které budou mít největší efekt, nás zpravidla nebudou nic stát," věří výživový poradce Miloslav Šindelář. Stačí se přitom zaměřit na tři hlavní aspekty – co jíme, jak to jíme a v jakém množství.

■ Zdraví

Proč tak narůstá rakovina u mladých? Výzkum poukázal na souvislost s ultrazpracovanými potravinami

Michaela Ryšavá
michaela.rysava@hn.cz

Nad výskytem rakoviny tlustého střeva v posledních letech nevěřícně kroutí hlavou nejen lékaři, ale i vědci. Marně tápou, proč se tato diagnóza objevuje stále častěji u mladých lidí do padesáti let, kteří žijí relativně zdravě a sportují. Mezinárodní výzkumný tým Prospect, který se zaměřuje mimo jiné i na objasnění této neznámé, nyní jednu zásadní souvislost odhalil. A to poté, co analyzoval zdravotní výsledky a stravu třiceti tisíc žen.

Výskyt kolorektálního karcinomu u mladých pacientů opravdu narůstá. V Česku jsme na to reagovali a bude snížen věk počátku screeningu z padesáti na pětačtyřicet let," říká gastroenterolog Tomáš Hucl z pražského IKEM. Změny pacienty čekají od ledna příštího roku. Nárůsty případů jsou více než v Česku vidět hlavně ve Spojených státech, v Německu, Austrálii nebo Kanadě.

U mladších 55 let se za posledních dvacet let výskyt tohoto onemocnění dokonce zdvojnásobil. Nádory se objevují v pokročilejším stadiu a jsou agresivnější než u starších pacientů. To je dáno hlavně tím, že mladí přicházejí k lékaři pozdě.

zistenci a vyrobených pomocí série průmyslových procesů.

Mezi typické ultrazpracované potraviny patří například mražená nebo hotová jídla, tousty s dlouhou trvanlivostí, balené sladké pečivo, tavené sýry, instantní nudle a polévky nebo masné polotovary, jako jsou párky, nugety nebo třeba rybí prsty. Lze sem zařadit i slazené nápoje.

Vědci nyní analyzovali vzorky z vyšetření a stravu třiceti tisíc žen a zjistili, že ty, které konzumovaly nejvyšší množství ultrazpracovaných potravin, měly o 45 procent vyšší riziko vývoje polypů, které mohou být předchůdci rakoviny tlustého střeva v raném věku.

„Zvýšené riziko se zdá být poměrně lineární, což znamená, že čím více

45 procent

■ O tolik je u žen konzumujících ultrazpracované potraviny vyšší pravděpodobnost výskytu rizikových polypů.

ultrazpracovaných potravin konzu-

Přelom ve výzkumu *Rovnováha střevního mikrobiomu je pro celkové zdraví stěžejní. Co ji ničí? Vědci přišli s novým důkazy, že škodí především průmyslové potraviny.* Foto: Je

VŠE, CO JSTE CHTĚLI VĚDĚT O MIKROBIOMU

Zástupci naší společnosti se zúčastnili odborného semináře Akademie věd České republiky zaměřeného na mikrobiotu, výživu a jejich vliv na chronická onemocnění. Chcete se inspirovat nejnovějšími poznatky? Pusťte si záznam přednášek na tomto **odkaze**.

SPECIALISTÉ S VÍCE NEŽ 30LETOU PRAXÍ

Řadíme se nejen mezi přední distributory surovin, ale našim zákazníkům nabízíme a zajišťujeme i poradenství a technologickou podporu. Naši specialisté poradí, jak správně nastavit dávkování jednotlivých komponentů i čím kombinaci látek doplnit.
Řídíme se heslem: **Jsme dodavatelem nejen surovin, ale také řešení**.

PŘÍMÝ KONTAKT VŠE URYCHLÍ A USNADNÍ

Chcete se dozvědět víc o představených surovinách nebo společně vyvinout vlastní inovativní recepturu? Obraťte se přímo na naše specialisty!
Olga Křišťanová - Business Development Manager - Food :
+420 737 239 511, okristanova@donauchem.cz.

DONAUCHEM s.r.o.
Za Žoskou 377,
288 02 Nymburk
T: (+420) 317 070 220
E: donauchem@donauchem.cz

Pokud si nepřejete naše nabídky dostávat, zašlete, prosím, e-mail na donauchen@donauchem.cz.