



RAMAZAN'I RAHAT GEÇİRMEK İÇİN UZMANLAR PROBİYOTİK ÖNERİYOR!

Ramazan ayında oruç tutulan sürenin uzun olması ve aşırı sıcaklar nedeniyle vücutta kabızlık, şişkinlik ve gaz problemleri yaşanabiliyor. Bu tür problemler için en büyük yardımcı ise hem sindirim sistemini düzenlemeye yardımcı olan hem de bağırsak florasına destek veren probiyotik takviyeleri oluyor. Uzman hekimler, Ramazan ayını rahat geçirmek için ek probiyotik öneriyor.

5 Haziran 2017 / İstanbul Ramazan ayında yeni bir beslenme düzenine geçilmesi ve uzun süre aç kalınması sebebiyle gaz, şişkinlik, hazımsızlık gibi sorunların yaşanma riski artıyor. Probiyotikler yani faydalı bakteriler ise sindirim sisteminde dengenin korunması konusunda büyük önem taşıyor. Gazi Üniversitesi Gastroenteroloji Bilim Dalı Öğretim Üyesi Prof. Dr. Tarkan Karakan, eczanelerden alınabilecek probiyotik takviyeler yardımıyla kötü bakterilerin çoğalmasını engelleyerek gaz, şişkinlik ve kabızlık gibi sindirim sistemi problemlerini aşmada yardımcı olabileceğini vurguluyor.

Prof. Dr. Karakan Ramazan'da probiyotik kullanımına dikkat çekti

Ramazan ayına girdiğimiz şu günlerde sahur ve iftarda beslenme konusunda uyarılarda bulunan Prof. Dr. Tarkan Karakan, Ramazan ayında bağırsakların dinlenme fırsatı bulduğunu ve bakteri dengesinin yenildiğini belirtti. Bağırsak florasını bozan gıdaların her yerde karşımıza çıktığını vurgulayan Prof. Dr. Tarkan Karakan, bu zararlı maddelerin bağırsaklarımızda yararlı bakterileri hızla azaltmasından dolayı oruç tutarken özellikle sahur vaktinde probiyotik almanın hem sindirim sistemi problemlerini aşmada yardımcı olabileceğini hem de bağırsak florasına destek olduğunu söyledi. Ramazan ayında uzun süren açlık sonrası iftarla beraber hızlı ve yüksek miktarda gıda tüketimi bağırsaklarda şişkinlik, gaz problemlerine neden oluyor. Bu problemleri aşmak için doğru beslenmenin yanı sıra sindirim sisteminin sağlıklı dengesinin korunmasında eczanelerde bulunan probiyotik takviyesi ürünlere de verilmesi önerilir. Probiyotikler, zararlı bakterilerin çoğalmasını engelliyor ve bağırsaklık sisteminin merkezi bağırsaklar olduğu için tüm vücudumuzun direncini doğrudan etkiliyor. Bağırsakların yanlış çalışmasını önleyerek kabızlık, şişkinlik gibi problemleri önüyor" dedi.

Sanofi Hakkında

Sağlıkta global bir lider olan Sanofi hastaların ve tüketicilerin ihtiyaçları doğrultusunda tedavi çözümleri keşfeder, geliştirir ve hizmete sunar. Sanofi'nin güç kaynağı olan alanlar şunlardır: Diyabet çözümleri, beşeri aşılar, yenilikçi ilaçlar, tüketici sağlığı, gelişen pazarlar ve Sanofi Genzyme. Sanofi, Paris (EURONEXT: SAN) ve New York (NYSE: SNY) borsalarında işlem görmektedir. Detaylı bilgi için: www.sanofi.com.tr