

Übersicht zu den Wirkstoffen

Wirkstoffe	pro Tagesdosis = 3 Kapseln	NRV %**	pro 100 g	Einheiten
Lactase	135,0 mg	-	1,0 g	13.500 FCC*
Glucose-Isomerase	9,0 mg	-	14,9 g	900 GIU

* FCC steht für Food Chemical Codex und ist eine Messgröße und damit die Einheit für die Mengenangabe des Lactase-Wirkstoffs.

Wirkungen dieses Produkts

LACTIFRU ist eine Kombination aus zwei Enzymen, die bei der Verdauung von Fructose und Lactose helfen:

- Glucose-Isomerase sorgt durch spezifischen Eingriff in das Fructose-Glucose-Gleichgewicht für eine Unterstützung bei der Verdauung fruchtzuckerhaltiger Nahrung. Auf eine fruchtzuckerarme Ernährung ist dennoch zu achten.
- Bei Personen, die Probleme mit der Verdauung von Lactose haben, trägt Lactase zur Lactoseverdauung bei. Das Enzym sollte daher bei jeder lactosehaltigen Mahlzeit verwendet werden.

Anwendungshinweise

LACTIFRU Kapseln werden mit Flüssigkeit zu den Mahlzeiten eingenommen.

Dosierung: 3x täglich 1 Kapsel.

Es bestehen allerdings Unterschiede bei der Lactoseintoleranz, Betroffene sollten sich daher Rat bezüglich der Funktion des Stoffes bei ihrer Ernährung holen.

Nährwerttabelle

Durchschnittliche Nährwerte	pro Tagesdosis = 3 Kapseln	NRV %**	pro 100 g
Brennwert	6,5 kJ 1,6 kcal	- -	717,7 kJ 177,5 kcal
Fett davon gesättigte Fettsäuren	0,0 g 0,0 g	- -	0,0 g 0,0 g
Kohlenhydrate davon Zucker	< 0,1 g 0,0 g	- -	0,7 g 0,0 g
Eiweiß	< 0,1 g	-	1,6 g
Salz	0,0 g	-	0,0 g

entspricht Verordnung (EU) Nr. 1169/2011 des Europäischen Parlaments und des Rates

** % NRV = Nährstoffbezugswerte gemäß Verordnung (EU) Nr. 1169/2011



Was LACTIFRU enthält

- Die Wirkstoffe sind:
Lactase und Glucose-Isomerase
- Die sonstigen Bestandteile sind:
Füllstoff (pflanzlich): Cellulose
Kapselhülle (pflanzlich, magensaftresistent): Hydroxypropylmethylcellulose

Sonstige Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel stellen keinen Ersatz für eine abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise dar. Eine ausgewogene Ernährung und ein gesunder Lebensstil sind wichtig. Die angegebene Tagesdosis nicht überschreiten. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Kühl und trocken lagern.

Informationen zu Lactose und Fructose

Lactosegehalte ausgewählter Lebensmittel

Lebensmittel	Gehalt pro 100 g
Kuhmilch, 3,5 % Fett	4,8 g
Schafmilch	4,4 - 4,7 g
Ziegenmilch	4 - 4,9 g
Buttermilch	4 g
Rahm	3,5 g
Schlagobers, 30% Fett	3,2 - 3,5 g
Joghurt	3,2 g
Topfen	2 - 3 g
Gouda, Parmesan	0,1 g
Mozzarella	3 g
Milchschokolade	9,5 g
Fruchteis	6,9 g

Fructosegehalte ausgewählter Lebensmittel

Lebensmittel	Gehalt pro 100 g
Apfel	7,5 g
Banane	8,6 g
Birne	9,8 g
Erdbeeren	2,8 g
Kirschen	6,2 g
Orange	4,3 g
Rosinen	32 g
Weintraube	7,9 g
Zitrone	1,6 g
Weißer Bohnen	2,1 g
Karotte, Zwiebel	2,3 g
Blütenhonig	40 g

Quelle: <http://www.laktose-ratgeber.info/laktosegehaltstabelle>

- Weitere Gehalte ausgewählter Lebensmittel finden Sie im Internet unter www.lactifru.at.

Für 4,8 g Lactose werden rund 3.000 - 5.000 FCC-Einheiten Lactase benötigt. Daraus ergibt sich, dass z. B. für ein Glas Kuhmilch oder eine Tasse eines Molkengetränks 1-2 Kapseln nötig sind, um dazu beizutragen die in diesen Erzeugnissen enthaltene Lactose gut spalten zu können.

Ernährungstipp: Meiden Sie die in der Tabelle genannten Produkte mit hohen Lactosegehalten trotz der Einnahme der unterstützenden LACTIFRU-Kapseln und greifen Sie bevorzugt zu lactose-freien Varianten, die es bereits zahlreich im Handel gibt.

Wo LACTIFRU hergestellt wird und Inhalt der Packung

Hergestellt in Österreich. LACTIFRU ist in Blisterpackungen zu 20 bzw. 60 Stück erhältlich.

Inverkehrbringer

kozba EN GROS & EN DETAIL, 1170 Wien