

En introduktion till Probioform

Probioform är 2 liter levande, aktiva mjölksyrabakterier förpackad i en miljövänlig innerbag-in-box som inte avger giftiga ämnen och en kartong av trämassa från varsamt avverkad skog. Alla mjölksyrabakterier i Probioform är insamlade från växtriket och från levande jordar. Bakterierna matas med ekologiskt odlad rörsockermelass tills att sockret är helt uppätet och bakterierna förökat sig – kvar är en fermenterad dryck, lite syrlig och lätt jordaktig i smaken. Vegansk.

De flesta mjölksyrabakterier som säljs som kosttillskott är frystorkade (alla kapslar/tabletter/pulver) och de fokuserar på ett fåtal stammar, mellan 1-15 olika. Senare års forskning har visat att mångfalden är minst lika viktig för att upprätthålla en frisk och balanserad tarmflora, ju fler olika stammar desto bättre.

Probioform innehåller över 90 olika slags bakterier, var och en med sin specifika uppgift i naturen och människokroppen. Probioform är utvecklad efter mer än 30 år av japansk forskning. En stor del av forskningen fokuserar på miljöförbättrande åtgärder, de effektiva mikroorganismerna kan hjälpa oss att sanera förorenade sjöar, vattendrag och marker – man berikar djurfoder och bidrar till ett levande jordbruk utan gifter.

För 80-90 år sen, när man åt frukt, bär och grönt direkt från buskar och träd eller åt morötter och annat direkt ur landet utan supernoggrann tvättning, så fick människor i sig en stor mängd levande, aktiva bakterier. Bruket med mjölksyrning gjorde också att maten anpassades bättre för människans mage och tarmflora. Skyddande, effektiva mikroorganismer höll djur och människor friska och jordarna levande.

Efter att bruket av bekämpningsmedel (med ett förödande stort antal gifter) och konstgödsel introducerades – och vi avskärmades från de här nyttiga och gynnsamma bakterierna så har inte bara mag- och tarmsjukdomar, allergier och autoimmuna sjukdomar ökat - vår psykiska hälsa har också stadigt försämrats. Allt hänger ihop.

Idag tillverkas den på ca 60 produktionsanläggningar över hela världen. Vår Probioform tillverkas i Holland, i en anläggning som är anpassad för livsmedel/kosttillskott för människor. Några av bakterierna i Probioform används även för att framställa Q10, Natto K2 och B-vitaminer, så en viss mängd av de näringsämnen finns i drycken och ett stort antal enzymer, samt även mineraler och spårämnen från melassen.

Det pågår massiv forskning om sambandet tarmflora och hjärna. Man har sett att vissa endosporer (jordbaserade bakterier) har humörhöjande egenskaper och har visat sig kunna motverka stress och oro samt gynna en god nattsömn. SvD har haft en serie spännande artikelserier i ämnet – bl. a "Maten och psyket" av Henrik Ennart och Maria Carlings "Tarmen och hjärnan".

På Karolinska institutet i Stockholm forskar Rochellys Diaz Heijtz, docent i neurovetenskap, tillsammans med sitt team om sambandet mellan mental utveckling och hälsa och en frisk tarmflora. Man menar att många vanliga besvär hos barn och ungdomar skulle kunna förhindras och/eller mildras genom en kostomläggning som gynnar de goda bakterierna. I framtiden spår man att skraddarsydda tillskott med individanpassade bakterier blir det nya sättet att behandla beteendestörningar och att motverka psykisk ohälsa.

Förvaring, dosering och hållbarhet:

Probioforms alla fina bakterier är mycket tåliga och ska förvaras i **rumstemperatur**, (ej i direkt solsken) - mycket behändigt att ha dunken framme på diskbänken.

Hållbarheten är ca 1 år från tappningstillfället och när du öppnat dunken är den hållbar i flera månader. Reser man bort en tid eller pausar i drickandet är det alltså ingen fara, bakterierna klarar sig utmärkt i sin box.

1 msk i ett glas vatten 3 ggr dagligen är en optimal dos för att tanka på med vänliga bakterier som många av oss varit avskärmade ifrån i årtionden. Dosen kan dubblas vid speciella behov, t ex efter avslutad antibiotikakur för att återställa en frisk tarmflora. Vid svårare magbesvär och mycket känslig mage – starta försiktigt med 1 tsk Probioform i ett glas vatten per dag och öka sakta.

Vid normaldosering räcker 2-litersdunken i 45 dagar för en person. Vänd gärna på dunken då och då för att blanda innehållet som är något grumligt.

www.probioform.se