**Probiotika**

**-Víte o tom, že probiotika jsou kultury živých mikroorganismů a udržují správné osídlení střeva**

**-Víte o tom, že slovo „pro biotik“ pochází z řečtiny a znamená „pro život“**

**-Víte o tom, že pomáhají při trávení a zpracování potravy**

**-Víte o tom, že mají vliv na imunitu tím, že zneškodňují špatné bakterie v těle**

**-Víte o tom, že jsou v kysaném zelí a kvašené zelenině, v jogurtech s živou kulturou, tvarohu, zakysaných mléčných výrobcích**

**-Víte o tom, že pokud si je jdete koupit, tak je potřeba užívat vícedruhové**

**-Víte o tom, že užívat by je měl každý kdo: má problémy s trávením, průjmem nebo zácpou, má časté infekce, ekzémy, užívá nebo užíval antibiotika a každý na posílení imunitního systému**

**Simona Mateičková** **s.mateickova@seznam.cz** **774 900 864**

**zdravotní sestra, výživový poradce, měření Quantum, poradenství ohledně prevence, nezávislý konzultant společnosti Finclub a.s.**