Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com

Dane aktualne na dzień: 17-11-2026 20:53

Link do produktu: https://kawkaje.com/mieszanka-zdrowe-jelita-500-g-p-1460.html



Mieszanka Zdrowe Jelita 500 g

Cena	**63,80 zł**
Dostępność	**Dostępny**
Numer katalogowy	**NANMIEZDRJEL500**

Opis produktu

Mieszanka Zdrowe Jelita 500 g

To nasza autorska mieszanka z 7 potężnych składników, mająca na celu uregulowanie pracy jelit i odżywienie korzystnej mikroflory jelitowej.
Mieszanka Zdrowe Jelita to bardzo ciekawa i dobrze działająca mieszanka, sprzyjająca prawidłowej pracy jelit. Zawiera naturalne składniki prebiotyczne, które stymulują rozrost i aktywność korzystnej mikroflory jelitowej. Dzięki dużej zawartości błonnika mieszanka wspomaga układ trawienny i reguluje wypróżnianie. Dobrze funkcjonujące jelita oraz zasiedlający je mikrobiom pełnią kluczową rolę w prawidłowym działaniu układu odpornościowego.

Powierzchnia jelit wynosi od 200–400 m^2^ i jest to największa powierzchnia z jaką nasz organizm kontaktuje się ze światem zewnętrznym. Szczelność jelit oraz skład mikroflory bakteryjnej mają bezpośredni wpływ na nasze zdrowie, samopoczucie oraz zachowanie [1, 5, 6].

Mieszanka zawiera starannie skomponowane składniki o synergicznym działaniu. W skład mieszanki wchodzą: mielone nasiona babki płesznik (Plantago psyllium), mielone nasiona i łupiny babki jajowatej (Plantago ovata), mielona kora pau’darco (Tabebuia impetiginosa), inulina, ostropest plamisty (Silybum marianum), pieprz cayenne. Mieszanka Zdrowe Jelita stanowi źródło błonnika pokarmowego, który nie ulega trawieniu, lecz dociera do jelit, stając się pokarmem dla bakterii jelitowych. Kora pau d’arco potęguje korzystny wpływ na jelita, uszczelniając ich strukturę i działając tam przeciwzapalnie. Ostropest plamisty wspiera prawidłową pracę wątroby i działa odtruwająco na organizm. Pieprz cayenne stymuluje układ GALT.

DZIAŁANIE
Właściwości prozdrowotne:

- Dostarcza substancji o działaniu prebiotycznym – stymuluje rozwój mikroflory jelitowej, kluczowej dla naszego zdrowia i samopoczucia.
- Pomaga utrzymać prawidłową pracę wątroby i jelit, łagodzi dolegliwości w obrębie jelit.
- Reguluje wypróżnianie.
- Wpływa korzystnie na odporność organizmu.
- Zmniejsza apetyt i pozostawia uczucie sytości, dzięki czemu wspomaga odchudzanie.
- Wspiera prawidłowy poziom cholesterolu we krwi.
- Poprawia wchłanianie związków mineralnych i zmniejsza ilość toksycznych metabolitów.

Wpływ flory bakteryjnej na układ odpornościowy
Mikroflora bakteryjna jelit pełni ogromną ilość niezwykle złożonych funkcji w przewodzie pokarmowym i z tego względu nazywa się ją czasem „zapomnianym narządem”. Średnia masa mikrobiomu u dorosłego człowieka wynosi ok. 1-2 kg [5].

Ze względu na specyficzne warunki jelita stanowią swoistą niszę mikrobiologiczną ludzkiego organizmu. Prawidłowy skład mikroflory jelit warunkuje sprawne funkcjonowanie układu odpornościowego.
Jelitowa flora bakteryjna wchodzi w interakcję z tkanką limfatyczną przewodu pokarmowego – GALT (ang. Gut Associated Lymphoid Tissue), która stanowi największy narząd limfatyczny w ludzkim organizmie, w którym powstaje aż 70–80% komórek

Kawkaje sp. z o.o.
ul. Gabriela Narutowicza 97
44-280 Rydułtowy
NIP: 6472612535
tel. 574 788 744
email: sklep@kawkaje.com

układu immunologicznego.
Ponadto nasza mikroflora wpływa modulująco na stężenie cytokin pro- i przeciwzapalnych, na zawartość tryptofanu – prekursora serotoniny, a także na produkcję innych neuromediatorów i ekspresję ich receptorów w mózgu. Reguluje odpowiedź stresową (poprzez modulację odpowiedzi osi HPA) oraz zmniejsza objawy depresyjne i lękowe. Bakterie jelitowe również same pełnią funkcje ochronne, poprzez współzawodnictwo z bakteriami patogennymi na powierzchni nabłonka jelitowego o składniki odżywcze.

Bakterie wpływają na gospodarkę mineralną, pobudzając absorpcję jonów wapnia, żelaza i magnezu z jelita grubego, syntetyzują liczne witaminy z grupy B oraz witaminę K. Wytwarzają i magazynują energię w postaci krótkołańcuchowych kwasów tłuszczowych, które organizm wykorzystuje m.in. do obniżenia pH jelitowego, zwiększają ilość enterocytów oraz komórek nabłonka jelita grubego, przyczyniając się do uszczelnienia jelit i utrzymania wewnętrznej homeostazy [1, 2, 5, 6].

Zaburzenia psychiczne a praca jelit
Od dawna wiadomo, że mózg reguluje pracę jelit. Natomiast odwrotny kierunek zależności – wpływ jelit na prace układu nerwowego – jest stosunkowo nowym odkryciem. Mózg i jelita wraz z florą bakteryjną są ściśle i dwukierunkowo połączone. Coraz więcej badań wskazuje na bezpośredni związek między dysfunkcją jelit (takich jak zespół jelita drażliwego czy choroby zapalne jelit – m.in. wrzodziejące zapalenie jelita grubego lub choroba Leśniowskiego-Crohna) a występowaniem zaburzeń psychicznych, takich jak depresja, zaburzenia lękowe, autyzm czy schizofrenia [1, 4, 5, 6].

Rak jelita grubego a skład mikroflory bakteryjnej
Dieta uboga w błonnik pokarmowy stanowi istotny czynnik środowiskowy zwiększający ryzyko powstania nowotworu w jelicie grubym. Pożyteczne bakterie jelitowe wpływają na proliferację i różnicowanie nabłonka jelitowego, rozkładają toksyny i czynniki rakotwórcze (karcynogeny) [6, 8, 9].
Współcześnie podkreśla się ochronny wpływ właściwej mikroflory bakteryjnej w profilaktyce nowotworu jelita grubego i okrężnicy.

SKŁAD:
Babka płesznik – nasiona mielone (Plantago psyllium), babka jajowata – nasiona i łupiny mielone (Plantago ovata), pau d'arco – kora mielona (Tabebuia impetiginosa), inulina, ostropest plamisty – nasiona mielone (Silybum marianum), pieprz cayenne (Capsicum annuum).

SPOSÓB UŻYCIA:
1 czubatą łyżeczkę mieszanki zalej szklanką przegotowanej, letniej wody i dokładnie wymieszaj. Pozostaw na 3-4 minuty, po czym ponownie wymieszaj i wypij całą zawartość. Stosuj 2 razy dziennie: np. dwie godziny po śniadaniu i dwie godziny po lunchu/obiedzie. Spożycie mieszanki z samego rana może spowodować uczucie pełności w ciągu dnia.

ŹRÓDŁA

1. Foster, J. A., and McVey Neufeld, K. A. (2013). Gut-brain axis: How the microbiome influences anxiety and depression. Trends in Neurosciences 36, 305-312.
2. Krakowiak, o., Nowak, R., (2015) Mikroflora przewodu pokarmowego człowieka – znaczenie, rozwój, modyfikacje. Postępy fitoterapii 3, 193-200.
3. Niness, K. R. (1999). Inulin and Oligofructose: What Are They? J. Nutr. 129, 1402-. Available at: http://jn.nutrition.org
4. Park, B. S., Kim, J. R., Lee, S. E., Kim, K. S., Takeoka, G. R., Ahn, Y. J., & Kim, J. H. (2005). Selective growth-inhibiting effects of compounds identified in Tabebuia impetiginosa inner bark on human intestinal bacteria. Journal of Agricultural and Food Chemistry, 53(4), 1152-1157.
5. Rudzki, L., Szulc, A., (2013) Wpływ jelitowej flory bakteryjnej na ośrodkowy układ nerwowy i jej potencjalne znaczenie w leczeniu zaburzeń psychicznych. Farmakoterapia w psychiatrii i neurologii 2, 69-77.
6. Rudzki, L., Frank, M., Szulc, A., Gałęcka, M., Szachta, P., Barwinek, D. (2012) Od jelit do depresji – rola zaburzeń ciągłości bariery jelitowej i następcza aktywacja układu immunologicznego w zapalnej hipotezie depresji. Neuropsychiatria i Neuropsychologia 7, 2, 1-9.
7. Slavin, J. (2013). Fiber and prebiotics: Mechanisms and health benefits. Nutrients 5, 1417-1435.
8. Wollowski, I., Rechkemmer, G., and Pool-Zobel, B. L. (2001). Protective role of probiotics and prebiotics in colon cancer. The American journal of clinical nutrition 73, 451S-455S.
9. Zeng, H., Lazarova, D. L., and Bordonaro, M. (2014). Mechanisms linking dietary fiber, gut microbiota and colon cancer prevention. World J Gastrointest Oncol 6, 41-51