Karuna Fiber (PHGG)

Krótki Przewodnik: Właściwości, Nauka i Protokół Suplementacji

▲ 100% Rozpuszczalny

Low FODMAP

Bez GMO / Vegan

Innowacja PHGG

Dlaczego Karuna Fiber to "niewidoczny" błonnik?

TECHNOLOGIA HYDROLIZY

Naturalne pochodzenie

Surowcem jest fasola guar (*Cyamopsis tetragonolobus*). Tradycyjny błonnik z tej rośliny pęcznieje w gęsty żel, utrudniając przełykanie.

Czym jest PHGG? To guma guar poddana enzymatycznej hydrolizie. Długie łańcuchy są precyzyjnie "pocięte", co drastycznie obniża lepkość przy zachowaniu pełnej mocy prebiotycznej.

Wynik to 100% rozpuszczalny proszek, który nie zmienia smaku wody.



KLUCZOWE PRZEWAGI



Dyskretny

Całkowicie klarowny w napojach. Możesz dodać go do kawy bez zmiany smaku i aromatu.



Stabilny

Odporny na wysokie temperatury. Idealny do gorącej herbaty, zup czy wypieków.



Lekki

W przeciwieństwie do inuliny, fermentuje powoli, nie wywołując gwałtownych gazów.

SKUTECZNOŚĆ W SIBO

Wsparcie eradykacji bakterii przy dodaniu PHGG do antybiotykoterapii (np. Rifaksyminą):



PHGG "wypłasza" bakterie z ukrycia, czyniąc leczenie znacznie efektywniejszym.

Jak to działa?

Mechanizm regeneracji jelit "Super-Paliwem"

PALIWO DLA KOMÓREK



Produkcja Maślanu

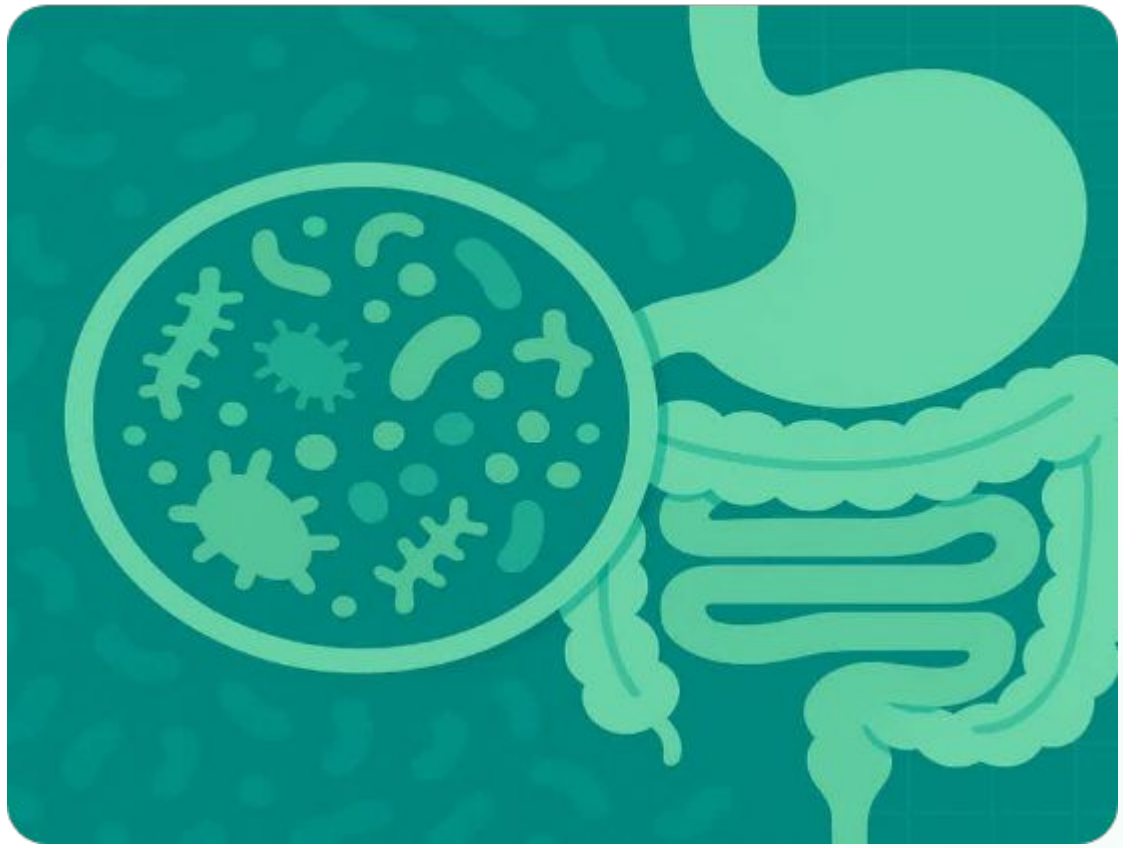
Twoje bakterie jelitowe "zjadając" PHGG, produkują maślan – najważniejszy kwas tłuszczowy, który regeneruje ściany jelit.

- Uszczelnia barierę jelitową.
- Zakwasza jelito (chroni przed patogenami).
- Wspiera wchłanianie magnezu i wapnia.

Karuna Fiber (PHGG) w terapii IBS i SIBO

Jak Karuna Fiber wspiera jelita?

- **Regulacja pasażu:** Działa dwukierunkowo – zagęszcza treść przy biegunkach i zmiękcza stolec przy zaparciach.
- **Wsparcie SIBO:** Stymuluje bakterie do wzrostu, czyniąc je bardziej podatnymi na antybiotykoterapię (skuteczność leczenia rośnie z 62% do 87%).
- **Ochrona przy Low FODMAP:** Jedyny błonnik w pełni bezpieczny i zalecany dla osób z nadwrażliwością, który nie wywołuje gwałtownych gazów.
- **Paliwo dla komórek:** Produkuje maślan, który regeneruje nabłonek i wygasza stany zapalne w jelitach.



PROFIL KORZYŚCI

Siła wpływu Karuna Fiber na kluczowe obszary zdrowia (skala 0-100):



Protokół Adaptacji Jelitowej

Zasada **"Start Low, Go Slow"** – uniknij "Efektu Balona" i gazów.

1

Dni 1-4

1/4 - 1/2 łyżeczki

1 raz dziennie

Testujemy tolerancję, powolna aktywacja bakterii.

2

Dni 5-10

1 płaska łyżeczka

1 raz dziennie

Budowanie populacji dobrych bakterii prebiotycznych.

3

Tygodnie 2-6

1.5 - 2 łyżeczki

1-2 razy dziennie

Stabilizacja rytmu wypróżnień. Najlepiej rozdzielić dawki.

4

Kuracja Stała

Do 3 łyżeczek

2-3 razy dziennie

Maksymalna ochrona. Dawki rano / wieczorem (np. po 5g).

WARTOŚCI ODŻYWCZE

Składnik	Na 100 g	Na porcję (5 g)
Energia	190 kcal	9,5 kcal
Błonnik pokarmowy	87 g	4,35 g
Cukry	6,8 g	0,34 g
Węglowodany ogółem	6,8 g	0,34 g
Białko	0 g	0 g
Tłuszcz	0 g	0 g

Karuna Fiber to produkt niskokaloryczny, idealny dla osób dbających o linię i glikemię.

DLA KOGO?

Wsparcie Sportu i Urody

Sportowcy: Chroni jelita przed stanami zapalnymi wywołanymi dużym wysiłkiem i dietą wysokobiałkową.

Nawodnienie: Zwiększa absorpcję wody i sodu, co poprawia status hydratacyjny podczas treningu.

Skóra: Najnowsze badania (2025) potwierdzają, że PHGG poprawia nawilżenie naskórka i elastyczność skóry od środka.



Pytania?

Karuna Fiber to fundament zdrowego mikrobiomu.

Pamiętaj o odpowiednim nawodnieniu!