

## EINFACHE ANWENDUNG IM ALLTAG

Verwender von OptiFibre® schätzen die einfache Anwendung, die den Alltag nicht beeinflusst und die Lebensqualität deutlich erhöht.

Sie können OptiFibre® sowohl in kalte als auch in warme Flüssigkeiten einrühren (z.B. Getränke, Suppen, Soßen). Auch weiche Speisen eignen sich ausgezeichnet (z.B. Joghurt, Apfelmus).

Einfach die empfohlene Dosis mit dem Messlöffel in das Getränk oder die Speise geben und gut einrühren bis sich das Pulver vollständig aufgelöst hat. Kohlensäurehaltige Getränke sind nicht geeignet. OptiFibre® kann unabhängig von Mahlzeiten eingenommen werden.



FLÜSSIGKEITEN =  
1 MESSLÖFFEL  
JE 200 ML

SPEISEN =  
1 MESSLÖFFEL  
JE 150 G

„GUT DING BRAUCHT WEILE“  
DIE DARMPFLORA IST SENSIBEL UND  
BENÖTIGT ZEIT FÜR DIE REGENERATION.  
WIR EMPFEHLEN DAHER EINE ANWENDUNG VON  
OPTIFIBRE® ÜBER MINDESTENS  
ZWEI BIS DREI WOCHEN.

## OPTIFIBRE® UNTERSTÜTZT DIE DARMTÄTIGKEIT

OptiFibre® ist ein rein pflanzliches Produkt, das in einem speziellen Verfahren aus den Samen der Guarbohne gewonnen wird. OptiFibre® besteht aus 100% löslichen Ballaststoffen, die den nützlichen Darmbakterien als Nährstoff dienen. So wird die aus dem Gleichgewicht geratene Darmflora auf sanfte Art und Weise wiederhergestellt.

OPTIFIBRE® WIRD EINGESETZT BEI:

- ✔ Verstopfung
- ✔ Durchfall
- ✔ Reizdarm
- ✔ Antibiotika-Einnahme, Divertikulose, Hämorrhoiden etc.



- ✔ **100% pflanzlich**  
und frei von Gluten, Lactose, Fructose, künstlichen Zusatzstoffen, Aromen sowie Süßungsmitteln.

- ✔ **Einfache Anwendung**  
OptiFibre® kann in Flüssigkeiten oder in weiche Speisen eingerührt werden.

- ✔ **Absolut geschmacks- und geruchsneutral**  
OptiFibre® löst sich vollständig auf, ohne den Geschmack oder die Konsistenz zu verändern.

- ✔ **Nicht quellend**  
Es ist nicht notwendig mehr zu trinken, da die löslichen Ballaststoffe nicht quellend wirken wie Kleie oder Leinsamen.

- ✔ **Kein Gewöhnungseffekt**  
OptiFibre® kann ohne Bedenken langfristig eingenommen werden.

- ✔ **Auch für Schwangere, Stillende, Kinder ab 3 Jahren geeignet**  
1 Messlöffel OptiFibre® (5 g) entspricht 0,025 BE.

73% DER ANWENDER GABEN AN, DASS SICH  
DIE BESCHWERDEN DURCH DIE EINNAHME  
VON OPTIFIBRE® SEHR VERBESSERT BZW.  
VERBESSERT HABEN.  
(ANWENDERTEST 2020, 128 TESTER)



Bereits seit  
mehr als 25 Jahren  
vertrauen österreichische  
Kunden der Nr. 1\* bei  
Verdauungsproblemen.



**KLEINE DOSE**  
ZUM KENNENLERNEN  
125 g



**GROSSE DOSE**  
FÜR 3-4 WOCHEN  
250 g



**SACHETS**  
FÜR UNTERWEGS  
16 x 5 g

**Erhältlich in Ihrer Apotheke!**

Weitere Informationen zu den Produkten finden  
Sie unter [www.optifibre.at](http://www.optifibre.at)

\*IQVIA PharmaTrend, Markt Darmgesundheit Präbiotika in Wert und Menge, Stand HY1/2024

OptiFibre® ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei beeinträchtigter Darmtätigkeit. **Wichtige Hinweise:** Unter ärztlicher Aufsicht verwenden. Nicht als einzige Nahrungsquelle geeignet. Geeignet ab 3 Jahren.

### OPTIXPRESS® BEI AKUTER VERSTOPFUNG

In Akutfällen bei hartnäckiger Verstopfung und Völlegefühl empfehlen wir OptiXpress® – ein verdauungsregulierender Saft aus Pflaumensaftkonzentrat.



- ✔ Mit der geballten Kraft getrockneter Pflaumen
- ✔ 100% pflanzlich
- ✔ Hilft rasch und sanft bei Verstopfung und Völlegefühl
- ✔ Natürliche Alternative zu Abführmittel
- ✔ Ausgezeichneter Geschmack
- ✔ Ideal für Schwangere, Stillende und Kinder ab 3 Jahren



Nestlé Health Science  
Nestlé Österreich GmbH  
Wiedner Gürtel 9, A-1100 Wien  
Tel.: +43 1 546 40 734  
[www.nestlehealthscience.at](http://www.nestlehealthscience.at)  
office.nhs@at.nestle.com

09/2024



MEIN  
BAUCHGEFÜHL  
SAGT:

**GESUNDHEIT  
BEGINNT IM DARM.**



**Optifibre®**  
Ich vertraue meinem Bauchgefühl.

# DER DARM – UNSERE SENSIBLE WARNZENTRALE

Die moderne Medizin weiß: Gesundheit beginnt im Darm. Auf schädliche Einflüsse wie Stress, falsche Ernährung, Medikamente oder zu wenig Bewegung reagiert er in Form von Verdauungsbeschwerden.

Im Darm leben Billionen von unterschiedlichen Bakterien – sie bilden unsere einzigartige Darmflora. Sie ist ein sensibles Ökosystem, das sich hauptsächlich von Ballaststoffen in Gemüse (z.B. Hülsenfrüchte), Obst und Vollkornprodukten ernährt und einen wichtigen Beitrag zu unserer Gesundheit leistet.

Gerät die Darmflora aus dem Gleichgewicht, sendet uns der Darm Warnsignale. Rund 18%\* der Bevölkerung leiden regelmäßig an einer sensiblen Verdauung in Form von: Verstopfung, Durchfall, Blähungen oder Bauchschmerzen.

## SCHÄDLICH FÜR DIE DARMFLORA

- ☛ Einseitige, ballaststoffarme Ernährung
- ☛ Medikamente (z.B. Antibiotika-Einnahme)
- ☛ Zu geringe Flüssigkeitsaufnahme
- ☛ Psychische Belastungen (z.B. Stress)



**JEDER MENSCH HAT SEINE GANZ  
INDIVIDUELLEN STUHL-INTERVALLE.**

UNTER EINER NORMALEN VERDAUUNG  
VERSTEHT MAN 3 X STUHL PRO TAG  
BIS 3 X STUHL PRO WOCHE.

\* Harris Interactive: Consumer Care Gut Health Landscape and Portfolio Assessment, 2016.

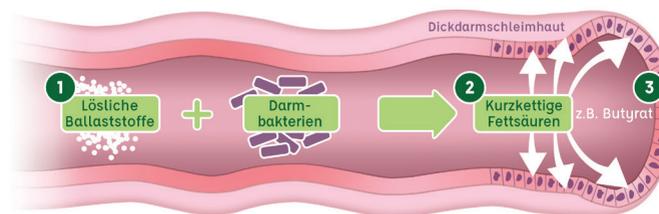


MEIN  
BAUCHGEFÜHL  
SAGT:  
**MEIN DARM BRAUCHT  
UNTERSTÜTZUNG.  
NATÜRLICH.**



MEIN  
BAUCHGEFÜHL  
SAGT:  
**GEGEN VERSTOPFUNG  
GIBT ES ETWAS GANZ  
NATÜRLICHES.**

## OPTIFIBRE® WIRKT NATÜRLICH UND SANFT



- 1 Lösliche Ballaststoffe in OptiFibre® dienen den nützlichen Darmbakterien als Nährstoff und regen somit deren Vermehrung an.
- 2 Dabei spalten die Bakterien OptiFibre® in sogenannte kurzkettige Fettsäuren (z.B. Butyrat) auf.
- 3 Butyrat dient der Dickdarmschleimhaut als Hauptenergielieferant und unterstützt deren Aufbau. Weiters wird die Barrierefunktion des Darms gestärkt, die Darmbewegung gefördert und die Darmtätigkeit reguliert.

## LÖSLICHE BALLASTSTOFFE IN OPTIFIBRE®

- ☛ Regen die Vermehrung der nützlichen Darmbakterien an
- ☛ Nähren die Dickdarmschleimhaut
- ☛ Stärken die Barrierefunktion des Darms
- ☛ Normalisieren die Darmbewegung
- ☛ Regulieren die Darmtätigkeit

## ALLGEMEINE DOSIERUNGS- EMPFEHLUNG

### FÜR ERWACHSENE UND JUGENDLICHE AB 11 JAHREN

#### BEI VERSTOPFUNG UND REIZDARM

	Morgens	Mittags	Abends
<b>1.–3. Tag</b>	1 ML		
<b>4.–6. Tag</b>	1 ML		1 ML
<b>Ab dem 7. Tag</b>	1 ML	1 ML	1 ML

ML=Messlöffel | Maximale Tagesdosis 5 ML\*

#### BEI DURCHFALL

	Morgens	Mittags	Abends
<b>1. Tag</b>	1 ML		
<b>2. Tag</b>	1 ML		1 ML
<b>Ab dem 3. Tag</b>	1 ML	1 ML	1 ML

ML=Messlöffel | Maximale Tagesdosis 5 ML\*

\* Falls erforderlich, schrittweise Steigerung auf max. Tagesdosis über den Tag verteilt. Wenn sich die Stuhlentleerung und Stuhlkonsistenz normalisiert hat (3 x pro Tag bis 3x pro Woche), sollte die entsprechende Anzahl an Messlöffeln nicht weiter gesteigert werden. Es wird eine Anwendung über mindestens 3 Wochen empfohlen. Danach können Sie die Tagesdosis individuell reduzieren, z.B. bei Daueranwendung.

## OPTIFIBRE® IST FÜR KINDER AB 3 JAHREN GEEIGNET

Kinder leiden oft aufgrund unausgewogener Ernährung unter zu hartem Stuhl, Verstopfung oder Durchfall. In diesen Fällen empfiehlt es sich, die Darmflora mit OptiFibre® wieder aufzubauen.

**Tipp:** Mischen Sie OptiFibre® zum Frühstück in den Orangensaft, das Joghurt oder den Kakao!

### FÜR KINDER VON 3-10 JAHREN

#### BEI VERSTOPFUNG UND REIZDARM

	Morgens	Mittags	Abends
<b>1.–3. Tag</b>	1/2 ML		
<b>4.–6. Tag</b>	1/2 ML		1/2 ML
<b>Ab dem 7. Tag</b>	1/2 ML	1/2 ML	1/2 ML

ML=Messlöffel | Maximale Tagesdosis 3 ML\*

#### BEI DURCHFALL

	Morgens	Mittags	Abends
<b>1. Tag</b>	1/2 ML		
<b>2. Tag</b>	1/2 ML		1/2 ML
<b>Ab dem 3. Tag</b>	1/2 ML	1/2 ML	1/2 ML

ML=Messlöffel | Maximale Tagesdosis 3 ML\*

## OPTIFIBRE® IST FÜR SCHWANGERE UND STILLENDE GEEIGNET

Durch die hormonelle Umstellung des Körpers in der Schwangerschaft und Stillzeit ändern sich auch der Stoffwechsel und die Funktion der Verdauungsorgane. Dadurch kann auch die natürliche Bewegung des Magen-Darm-Traktes gedämpft werden. Die löslichen Ballaststoffe in OptiFibre® bringen die Verdauung wieder in Schwung. (Folgen Sie der allgemeinen Dosierempfehlung.)



MEIN  
BAUCHGEFÜHL  
SAGT:  
**IN DER SCHWANGERSCHAFT  
HAT MICH VIELES GEPLAGT, ABER  
KEINE DARMPROBLEME.**