O Speltex-u:

Speltex je matični (100% čisti) iscjedak iz mladih speltinih izdanaka (mlade speltine trave).

Od strane licencirane institucije (CETI) etiketiran je kao dodatak ishrani (suplement).

Do sada dokazane prednosti djelovanja zdravstvene tvrdnje odnose se na visoku koncentraciju kalijuma, fosfora, mangana, hroma i hlorofila i glase:

- Doprinosi normalnom funkcionisanju nervnog Sistema
- Doprinosi normalnoj funkciji mišića
- Doprinosi održavanju normalnog krvnog pritiska
- Doprinosi normalnom metabolizmu stvaranja energije
- Doprinosi normalnom metabolizmu ćelije
- Doprinosi normalnom metabolizmu makronutrijenata
- Doprinosi normalnoj funkciji ćelijske membrane
- Doprinosi održavanju normalnih kostiju i zuba
- Doprinosi normalnom stvaranju vezivnih tkiva
- Doprinosi zaštiti ćelije od oksidativnog stresa
- Doprinosi održavanju normalnog nivoa glukoze u krvi
- Pospješuje imunitet

Dodatno, uz posredovanje Biotehničkog fakulteta UCG, na Institutu za onkologiju u Sremskoj Kamenici rađena su laboratorijska ispitivanja koja otvaraju vrata daljim istraživanjima.

Proizvod je brzo smrznut jer se, u cilju očuvanja biološki aktivnih supstanci, iscjedak ne pasterizuje, niti mu se dodaju aditivi ili konzervansi.

Način upotrebe:

Preporučena doza konzumira se jednom dnevno, najbolje na prazan stomak (ili ujutru, najmanje pola sata prije doručka ili navече, nekoliko sati nakon posljednjeg obroka).

Preporučena doza se odvoji od ambalaže, stavi u staklenu ili plastičnu čašu, prelije vodom (maksimalne temperature do 37°C), sačeka da se otopi, promiješa i popije.

Proizvod se može konzumirati i bez vode (otopi se na sobnoj temperaturi, promiješa i popije).

Nema naučnih istraživanja koja bi pokazala da se efekti konzumiranja sa vodom razlikuju od efekata konzumiranja bez vode, ali praksa pokazuje da voda nema bitnu ulogu, sem u smislu brže otapanja.

Važna napomena: Speltex je jak antioksidans, što implicira i njegovu ulogu čistača organizma, pa su u nekom trenutku konzumiranja (najčešće na početku, ali ne rijetko i kasnije) moguća češća mokrenja, rjeđa i češća stolica, a kod zatrovanijih organizama i mučnina.

Da bi se izbjegle te korisne (ali ipak neprijatne) situacije, savjetujemo da se do preporučene doze dolazi postepeno, u toku više dana.

Uvijek se počinje sa samo jednom kockicom tokom nekoliko dana, potom dvije tokom nekoliko dana i tako redom dok se ne stigne do ciljane doze.

„Nekoliko" nije isto za svakoga, što znači da svako za sebe prati eventualne reakcije i odlučuje kada je organizam spreman za podizanje dnevne doze.

Preporučena doza:

Doziranje nema univerzalni karakter, jer ne postoje dva ista organizma, dva ista početna stanja i dva ista krajnja cilja.

Preporuke CETI (oko 100 grama dnevno) nisu dobijene na osnovu kliničkih ispitivanja koja bi uzela u obzir sinergijsko dejstvo nutrijenata koji se nalaze u Speltex-u, već na osnovu preporuka koje se odnose na svaki nutrijent zasebno.

Praksa pokazuje da nema smisla konzumirati više od 60 grama dnevno, a i to samo u slučajevima ozbiljnijih zdravstvenih izazova i kada pacijent ne koristi drugu suplementaciju sličnog spektra dejstva.

Načelno (iskustveno):

Ako je u pitanju samo i isključivo preventiva (ne postoje nikakvi zdravstveni problemi):
Za djecu od 3 do 12 godina-1 kockica dnevno
Za djecu od 12 do 15 godina-2 kockice dnevno
Za djecu od 15 do 18 godina-2 do 3 kockice, zavisno od tjelesne težine
Za odrasle – 3 kockice dnevno

Ako je u pitanju preventiva uz neke lakše zdravstvene probleme (opstipacija, nedostatak energije, nedostatak sna, prolećne alergije, problemi sa imunitetom i slično):
Za djecu od 3 do 12 godina- do 2 kockice dnevno, s tim da se na dozi od jedne kockice dnevno zadržava najmanje 7 dana
Za djecu od 12 do 15 godina-2 do 3 kockice dnevno
Za djecu od 15 do 18 godina- 3 kockice dnevno
Za odrasle – 3 do 4 kockice dnevno u periodu od najmanje dva i po mjeseca

Ako je u pitanju podrška pri težim zdravstvenim izazovima (na primjer onkološki pacijenti na hemoterapiji):
Ukoliko postoji podrška i drugih suplemenata 4 kockice dnevno u dužem vremenskom periodu
Ukoliko ne postoji podrška i drugih suplemenata- do 6 kockice dnevno, razdvojenih na jutarnju i večernju dozu, u dužem vremenskom periodu. Ovakvu koncepciju ne preporučujemo, jer ne postoji suplement toliko širokog spektra dejstva da može obuhvatiti sve potrebe vezane za suplementaciju kod ovako kompleksnih zdravstvenih izazova.

Napomena: Sve navedene preporuke imaju samo načelni karakter, jer su bazirane na statistici nastalој na osnovu višegodišnjeg iskustva, pa korisnicima savjetujemo da se za za ove preporuke vežu upravo tako-načelno, odnosno da preporučenu dozu mogu smanjiti (kada primijete da i sa manjom dozom postižu rezultat ili da im veća doza u dužem periodu ne prija) ili povećati (kada preporučena doza ne daje rezultat, što je situacija koja se dešava prilično rijetko)

Napomena: Zbog prisustva kalijuma u značajnoj koncentraciji, Speltex ne smiju konzumirati osobe koje su na dijalizi, a osobe sa značajno smanjenom funkcijom bubrega samo uz savjetovanje sa ljekarom.

Ne preporučujemo konzumiranje Speltex-a djeci mlađoj od 3 godine, trudnicama i dojiljama, jer ne postoje klinička istraživanja koja bi dala odgovor na pitanje da li je konzumiranje Speltex-a od strane ovih kategorija bezbjedno.

Zbog pretpostavljenog prisustva vitamina K, osobama koje konzumiraju antikoagulante (medikamente za razrjeđivanje krvi) preporučujemo savjetovanje sa ljekarom.

Za eventualna dodatna pojašnjenja možete pogledati naš sajt **www.speltex.me** ili kontaktirati Speltex Tim na broj **067 276 277**.

www.speltex.me