

Lütfen **Natural Fatbinder L112** kullanmadan önce bu kullanım kılavuzunu dikkatle okuyunuz.

Kullanım kılavuzu

Bileşimi

- Etken madde:** Kabuklu deniz hayvanlarının kabuğundan elde edilen β -1,4-polimer D-glucosamine ve N-acetyl-D-glucosamine 'den oluşan L112.
- Yardımcı maddeler:** Bitkisel selüloz, C vitamini, Tartarik asit, Silisyum dioksit, Bitkisel magnezyum stearat.
- Ek bilgi:** İçinde koruyucu madde ve renk maddesi yoktur. Jelatin, laktoz ve kolesterol, glüten, süt proteini, lezzet artırıcı içermez, Şeker hastaları için uygundur (ekmek birimi hesabına dahil edilmez). **Natural Fatbinder L112** doğal kaynaklı bir üründür. Bu nedenle renk ve tat bakımından farklılıklar gösterebilir ancak etkinliği değişmez.

Endikasyonları

- Fazla kilolu hastalarda kilo verme diyetinin bir parçası olarak yağ tutucu olarak,
- Kiloyu kontrol altına almaya yardımcı olarak,
- Yüksek kolesterol ve LDL seviyelerini düşürmeye yardımcı olarak kullanılır.

Kullanma Talimatı

- Zayıflamak için günde iki kez iki tablet **Natural Fatbinder L112** yağlı ana öğünlerle birlikte alınır.
- Kiloyu korumak için önerilen doz günde iki kez bir tablettir.
- Günde iki kez iki tablettten daha fazla kullanılmamalıdır.
- Mükemmel bir sonuç elde etmek ve tabletlerin mideye en iyi şekilde ulaşması için **Natural Fatbinder L112** bol miktarda sıvı ile (en az 250 ml su) alınmalıdır. **Natural Fatbinder L112** lif yönünden zengin bir ürün olduğu için günde en az 2 – 3 litre sıvı alınmasına önem verilmelidir.
- Vücudun yeterli beslenmesi için esansiyel yağ asitleri A,D,E ve K gibi yağda çözünen vitaminler gereklidir. Bu nedenle **Natural Fatbinder L112** sadece iki ana öğünle birlikte alınmalıdır. Vücuda gereken esansiyel yağ asitleri ve yağda çözünen vitaminleri alabilmek için yararlı yağları içeren üçüncü bir öğün önerilir. Vücudun ihtiyaçlarını karşılamak için multivitamin desteği gerekebilir.
- Natural Fatbinder L112** kullanırken düşük yağlı gıdalar ve azaltılmış kalori alımından oluşan dengeli beslenme önerilir.

Kullanma süresi

Natural Fatbinder L112 uzun süreli kullanılabilir.

Etki mekanizması

Natural Fatbinder L112'nin etken maddesi polyglucosamine, yüksek derecede yağ tutma kapasitesi olan bir lifdir. Doğal kaynaklıdır ve sindirim kanalında besinlerle alınan yağların büyük kısmına tutunarak bağlanır, böylece yağların bağırsaklardan emilerek vücuda geçişini büyük oranda azaltır. **Natural Fatbinder L112** içindeki etken madde vücut tarafından sindirilmeyen, bağladığı yağlarla birlikte doğal yollarla dışarı atılır. Ayrıca **Natural Fatbinder L112** içindeki sindirilmeyen ve şişen lifli maddeler tokluk hissine neden olur.

Ancak tamamen yağsız veya çok düşük yağlı beslenmeyle birlikte alındığında, **Natural Fatbinder L112**'nin etkisi zayıflar. **Natural Fatbinder L112**, kilo alımının yağlı et, soslar, margarin, cipsler, kuruyemiş veya dondurma gibi yağ bakımından zengin gıdaların tüketimine bağlı olduğu durumlarda önerilir. Tatlı yiyecek ve limonata gibi şekerli içecekler **Natural Fatbinder L112** tarafından tutulmaz, bu nedenle vücut tarafından metabolize edilir.

Natural Fatbinder L112 kullanılması yüksek kolesterol ve LDL-değerlerini de olumlu etkiler. HDL (diğer adıyla "iyi" kolesterol) yükselebilir, yüksek trigliserid değerleri ise düşebilir.

Kontrendikasyonlar

- Sürekli sindirim problemleri (kabızlık, bağırsak operasyonu sonrası), metabolik hastalıklar veya uzun süreli ilaç kullanımı durumunda (doğum kontrol ilaçları gibi hormon ilaçları, bağırsak faaliyetlerini düzenleyici ilaçlar gibi), **Natural Fatbinder L112** doktor tavsiyesi alınmadan kullanılmamalıdır.
- Natural Fatbinder L112** kabuklu deniz hayvanlarına veya bileşiminde bulunan diğer maddelere karşı alerjisi olan kişiler tarafından kullanılmamalıdır.
- Natural Fatbinder L112** zayıf (Vücut Kitle İndeksi: VKİ < 18.5) olan kişiler tarafından kullanılmamalıdır.
- Natural Fatbinder L112**, büyümekte olan ve ergenlik çağındaki çocuklara yalnız doktora danışıldıktan sonra verilmelidir.
- Natural Fatbinder L112**, bebek ve 3 yaşına kadar olan çocuklar için uygun değildir.
- Yaşlılarda (80 yaşın üzeri) sadece doktor tavsiyesiyle uygulanmalıdır.
- Yüksek kolesterol ve LDL değerlerinin tedavisi için doktora danışılmalıdır.

Gebelik ve emzirme dönemlerinde kullanılması

Gebelik ve emzirme dönemlerinde kilo verme uygulamaları yapılmamalı ya da sadece hekim gözetiminde yapılmalıdır. Embriyonun gelişmesi ve bebeğin anne sütüyle en iyi şekilde beslenebilmesi için vücudun beslenme olanaklarından mümkün olduğu kadar iyi bir şekilde yararlanması gereklidir.

Kullanımının kısıtlanması

- Beslenme tarzında uzun süreli değişiklik yapmadan önce doktorunuza danışmanız önerilir.

- Yağda çözünen vitamin ve ilaçlarla(doğum kontrol hapı) birlikte **Natural Fatbinder L112** alınmamalıdır. En az 4 saat arayı alınmalıdır. Uzun süreli ilaçlar kullanıyorsanız doktorunuza danışınız.

- Kalıcı veya kronik kabızlık olması halinde **Natural Fatbinder L112** kullanımına ara verilmelidir. Doktorunuza danışınız.

Etkileşimler ve yan etkiler

Polyglucosamine (L 112)'nin yüksek yağ tutma özelliğinden dolayı, vitamin A veya oral kontraseptiflerde(doğum kontrol hapı) bulunan steroidler veya menopozda kullanılanlar gibi yağ veya yağ benzeri maddeler tutulabilir.

Natural Fatbinder L112 yağda çözünen (lipofilik) maddelerin yararlanımını azaltabilir. Bu nedenle **Natural Fatbinder L112** ile ilaç ve vitaminleri birlikte almaktan kaçınmalı ve en az 4 saat arayı alınmasına dikkat edilmelidir.

Dışkı kıvamında geçici değişikliklere yol açabilir. Yeterli miktarda sıvı alınmadığında nadiren kabızlık görülebilir. Bu durumda kısa süreli kilo alma gerçekleşebilir.

Önerilen günlük dozajın aşılması ek bir fayda sağlamaz, kabızlık eğilimini artırabilir.

Kabuklu deniz hayvanlarına karşı aşırı hassasiyeti olanlarda döküntü, şişme, kaşıntı, terleme, karıncalanma gibi farklı cilt reaksiyonları ve ishal, kusma, mide bulantısı, baş dönmesi ve baş ağrısı gibi diğer alerjik belirtiler ortaya çıkabilir. Ancak **Natural Fatbinder L112**'nin genel olarak son derece iyi tolere edilebilen bir ürün olarak tanımlanması mümkündür.

Kilo vermenin temel ilkeleri

Başarılı ve kalıcı bir zayıflama sabır ve zaman gerektirir çünkü fark edilebilir bir zayıflama bir günde olmaz. Genellikle fazla kilolar uzun yıllar içerisinde yavaş yavaş alınır. Vücut yağından 1 kg vermek için, vücut normalden yaklaşık 7000 kcal daha fazla yakmalı veya bu miktardan daha az kalori almalıdır. Bu miktarda enerji 778 g saf yağda bulunur. **Natural Fatbinder L112** yüksek yağ tutma kapasitesinden dolayı bol miktarda yağı tutar.

Fazla kilolu insanlarda başarılı zayıflama, azaltılmış yağ alımı ile kombine edilmiş yüksek düzeyde fiziksel aktivite ile mümkündür. **Natural Fatbinder L112**'nin alınması hedeflenen zayıflama sürecinde destekleyici rol oynar.

Kilo vermek isteyen fazla kilolu insanların başarı formülü, sağlıklı, bilinçli yağ tüketimi-ne dayanan (60 - 80 g yağ/gün) bir beslenme ile bol hareket ve kilo vermeyi destekleyen **Natural Fatbinder L112** 'nin kombinasyonu olmalıdır. **Natural Fatbinder L112** yüksek yağ bağlama kapasitesi sayesinde büyük miktarda besin yağını bağlayarak enerji alımını azatmakta ve kilo vermeye yardımcı olmaktadır. **Natural Fatbinder L112** özellikle beslenme düzeninin değiştirildiği başlangıç aşamasında motivasyonu arttırmaktadır.

Zayıflama programları	Az yağlı*	Hafif yağlı*	Ortalama tüketim (Yüksek yağlı)	L112 olmadan zayıflama (az yağlı*)	L112 ile birlikte zayıflama (hafif yağlı)
Günlük yağ tüketimi	40 g	Kadınlar 76 g Erkekler 100 g 60 – 80 g	120 g ve üzeri	40 g	60 – 80 g

*Beslenme uzmanları tarafından kilo vermek için tavsiye edilmektedir.

Az yağlı (günde yaklaşık 40 g) beslenmede herhangi bir yağ tutucu ürün kullanmaya gerek kalmamaktadır. Pek çok insan çok yağlı (günde yaklaşık 120 g) beslenmeden az yağlı beslenmeye geçmekte zorlandığı için uzun süreli başarı sağlanamamaktadır. **Natural Fatbinder L112** sayesinde diyet stresine girmeden de bilinçli bir yağ tüketimiyle başarı elde etmek mümkün olmaktadır.

Uzun süreyle sık yapılan diyetler vitamin C, vitamin B, demir, kalsiyum, iyot ve flor gibi vitamin ve minerallerin kaybına sebep olur. Bu nedenle diyet yapanlara ek olarak vitamin ve mineral desteği alması önerilir.

Zayıfladıktan sonra kiloyu korumak için günde iki kez ana öğünlerle birlikte bir adet **Natural Fatbinder L112** alınabilir. Kilonuzu korumak için eski sağlıksız davranışlarınıza bir daha geri dönmemeniz de tavsiye edilir.

Diğer bilgiler

Natural Fatbinder L112 yetkili makam tarafından AB çapında sertifikalanmış ve üretildiği ülkede "DE/CA66/Certmedica/001" tescil numarası altında tescil edilmiş bir tıbbi üründür. Etkin maddesinin kalitesi ve performansı üretim öncesinde sıkı testlerden geçirilmektedir. Ürünle veya kilo verme konusuyla ilgili daha başka bilgi için Websitemizi ziyaret edebilirsiniz: www.dogaldestek.com

Uyarı notları

 Son kullanma tarihine dikkat ediniz.

Oda sıcaklığında saklayınız.

Ürün:



Almanya'da üretilmiştir.

Bilgi sürüm tarihi: Eylül 2006

Ambalaj şekli: 40 tablet

 0483

Üretim Yeri:
Certmedica International GmbH
D-63801 Kleinostheim, Saalaeckerstr. 8
Almanya

İthalatçı:
Casel İlaç San. Tic. Ltd. Şti.
Nadide Sk. No: 5
34173 – Merter / İstanbul