

# Gynocaps® ORAL

## Doplněk stravy

### Perorální podání

Mezi příznaky intimního diskomfortu se zahrnují podráždění vaginální sliznice, svědění a nepříjemný zápach. Pokud tyto příznaky máte, vaše vaginální mikroflóra je nevyvážená, není v rovnováze.



#### Co je vaginální mikrobiota?

Vaginální mikrobiota, známá také jako vaginální mikroflóra, je ekosystém tvořený miliony mikroorganismů, které jsou součástí poševního prostředí. Stejně jako otisky prstů, tato mikroflóra je jedinečná a u každé ženy je jiná.<sup>(1)</sup>

#### Vaginální mikrobiota: naše první linie obrany

Vaginální mikrobiota je první bariéra proti infekcím a první linie obrany pro naši intimní oblast. Naše intimní zdraví závisí na kvalitě této přirozené bariéry.

#### Čím je narušena rovnováha vaginální mikroflóry?

Existuje několik různých příčin:

1. Životní styl: kouření, antikoncepce, pohlavní styk, snížená imunita, nošení syntetického spodního prádla, přehnaná intimní hygiena, koupání v bazénu a moři apod.
2. Určité životní situace: menstruace, těhotenství, poporodní stavy, menopauza.
3. Vaginální infekce: mykózy, vaginózy.
4. Užívání léčivých přípravků: orální i lokální léčba antibiotiky, antimykotiky, kortikosteroidy (vaginální tobolky a krémy).

Výsledkem je narušená rovnováha mikrobioty, kterou je třeba obnovit, aby mohla opět plnit svoji ochrannou funkci.

#### Jak je možné obnovit rovnováhu vaginální mikroflóry?

Vaginální mikrobiota každé ženy je jiná. Cílem je spíše pomoci obnovit původní (endogenní) mikrobiotu, než ji nahradit.

Pro dosažení této rovnováhy **Gynocaps® ORAL** kombinuje účinky zinku a laktobacilů, které jsou přirozeně přítomny v pochvě.

Kmen *Lactocaseibacillus Rhamnosus Lcr35®* je jedním z nejlépe vědecky prozkoumaných kmenů, výsledek 20letého výzkumu v oblasti gynekologie a vývoje společnosti Biose®. V případě, že je vaginální mikroflóra přirozeně stimulována, *Lcr35®* je přirozeně vylučován tělem a udržuje endogenní mikrobiotu v rovnováze.<sup>(2)</sup>

Zinek přispívá k normální funkci imunitního systému.<sup>(3)</sup>

#### Perorální podání s účinkem v pochvě

Přípravek **Gynocaps® ORAL** byl vyvinut tak, aby jeho perorální podání (podání ústy) zajistilo potřebnou účinnou koncentraci kmenu *L. Rhamnosus Lcr35®* v pochvě.

Tento kmen laktobacilů odolává kyselému pH při průchodu gastrointestinálním traktem, což umožňuje harmonizaci nejen střevního, ale také poševního prostředí, ve kterém následně působí.<sup>(4)</sup>

Každá tobolka přípravku **Gynocaps® ORAL** je vyrobena na rostlinné bázi (certifikát Vegan) a je odolná vůči kyselému prostředí v žaludku. To pomáhá stabilizovat a chránit účinné látky obsažené v tobolce a zajistit tak jejich fungování.

#### Jak se přípravek Gynocaps® ORAL užívá?

Přípravek **Gynocaps® ORAL** je možné užít kdykoli během dne, nejlépe ráno před snídaní, a zapít velkou sklenicí vody.

V případě vaginálního diskomfortu užívejte perorálně (ústy) 2 tobolky denně, ráno a večer jednu po dobu 10 dní.

Pro snížení rizika vzniku vaginálního diskomfortu užívejte 1 tobolku denně po dobu 20 dní. V případě potřeby kúru opakujte. Určeno pouze pro dospělé ženy.

#### Současné užívání železa

Pokud současně užíváte železo, nemusí se zinek dobře vstřebávat. Mezi jednotlivými doplňky stravy se doporučuje odstup více než dvě hodiny, pokud je to možné.

#### Praktické rady pro zdravou vaginální mikrobiotu:

Při mytí intimních partií používejte mýdlo s neutrálním nebo mírně kyselým pH.

Nesdílejte s nikým ručníky ani žínky.

Vhodné je nosit bavlněné spodní prádlo.

Nepoužívejte vaginální výplachy.

**Uchovávání přípravku:** Uchovávejte při teplotě do 25 °C. Nepoužívejte po uplynutí data spotřeby, uvedeném na obalu.

**Gynocaps® ORAL je doplněk stravy.**

**Udržujte mimo dohled a dosah dětí. Nenahrazuje pestrou a vyváženou stravu a zdravý životní styl.**

**Je důležité udržovat vyvážený životní styl. Nepřekračujte doporučenou denní dávku.**

Literatura:

- (1) Ravel J et al. Vaginal microbiome of reproductive-age women. *Proc Natl Acad Sci USA*. 2011; 108 Suppl 1: 4680-7.
- (2) Petricevic L, Witt A. *BJOG*. 2008; 115: 1369-74.
- (3) European Food Safety Authority (EFSA). Commission Regulation (EU) No 432/2012 of 16 May 2012.
- (4) Bohbot JM, Cardot JM. *Infect Dis Obstet Gynecol*. 2012; 2012: 503648.

**biose®**  
INDUSTRIE

# Gynocaps® ORAL

## Výživový doplnok

### Perorálne podanie

Medzi prejavy intímneho diskomfortu sa zahŕňajú podráždenie vaginálnej sliznice, svrbenie a nepríjemný zápach. Pokiaľ tieto prejavy máte, vaša vaginálna mikróflóra je nevyvážená, nie je v rovnováhe.

#### Čo je vaginálna mikrobiota?

Vaginálna mikrobiota, známa tiež ako vaginálna mikróflóra, je ekosystém tvorený z miliónov mikroorganizmov, ktoré sú súčasťou pošvového prostredia. Rovnako ako odtlaky prstov, táto mikróflóra je jedinečná a u každej ženy je iná.<sup>(1)</sup>

#### Vaginálna mikrobiota: naša prvá línia obrany

Vaginálna mikrobiota je prvá bariéra proti infekciám a prvá línia obrany pre našu intímnu oblasť. Naše intímne zdravie závisí od kvality tejto prirodzenej bariéry.

#### Čím je narušená rovnováha vaginálnej mikróflóry?

Existuje niekoľko rôznych príčin:

1. Životný štýl: fajčenie, antikoncepcia, pohlavný styk, znížená imunita, nosenie syntetického spodného prádla, prehnaná intímna hygiena, kúpanie v bazéne a mori a pod.
2. Určité životné situácie: menštruácia, tehotenstvo, popôrodné stavy, menopauza.
3. Vaginálne infekcie: mykózy, vaginózy.
4. Užívanie liečivých prípravkov: orálna a lokálna liečba antibiotikami, antimykotikami, kortikosteroidmi (vaginálne kapsuly a krémy).

Výsledkom je narušená rovnováha mikrobioty, ktorú je potrebné obnoviť, aby mohla znovu plniť svoju ochrannú funkciu.

#### Ako je možné obnoviť rovnováhu vaginálnej mikróflóry?

Vaginálna mikrobiota každej ženy je iná. Cieľom je skôr pomôcť obnoviť pôvodnú (endogénnu) mikrobiotu, ako ju nahradiť. Pre dosiahnutie tejto rovnováhy Gynocaps® ORAL kombinuje účinky zinku a laktobacilov, ktoré sú prirodzene prítomné v pošve.

Kmeň *Lactocaseibacillus Rhamnosus Lcr35®* je jedným z najlepšie vedecky preskúmaných kmeňov, výsledok 20 ročného výskumu v oblasti gynekológie a vývoja spoločnosti Biose®. V prípade, že je vaginálna mikróflóra prirodzene stimulovaná, *Lcr35®* je prirodzene vylučovaný telom a udržiava endogénnu mikrobiotu v rovnováhe.<sup>(2)</sup>

- Zinok prispieva k normálnej funkcii imunitného systému.<sup>(3)</sup>

#### Perorálne podanie s účinkom v pošve

Gynocaps® ORAL bol vyvinutý tak, aby jeho perorálne podanie (podanie ústami) zaistilo potrebnú účinnú koncentráciu kmeňa *L. Rhamnosus Lcr35®* v pošve.

Tento kmeň laktobacilu odoláva kyslému pH pri priechode gastrointestinálnym traktom, čo umožňuje harmonizáciu nielen črevného, ale tiež pošvového prostredia, v ktorom následne pôsobí.<sup>(4)</sup>

Každá kapsula Gynocaps® ORAL je vyrobená na rastlinnej báze (certifikát Vegan) a je odolná voči kyslému prostrediu v žalúdku. To pomáha stabilizovať a chrániť účinné látky obsiahnuté v kapsule a zaistiť tak ich fungovanie.

#### Ako sa Gynocaps® ORAL užíva?

Gynocaps® ORAL je možné užiť kedykoľvek v priebehu dňa, najlepšie ráno pred raňajkami, a zapíť veľkým pohárom vody.

V prípade vaginálneho diskomfortu užívajte perorálne (ústami) 2 kapsuly denne, ráno a večer jednu po dobu 10 dní.

Pre zníženie rizika vzniku vaginálneho diskomfortu užívajte 1 kapsulu denne po dobu 20 dní. V prípade potreby kúru opakujte. Určené len pre dospelé ženy.

#### Súčasné užívanie železa

Pokiaľ súčasne užívate železo, nemusí sa zinok dobre vstrebávať. Medzi jednotlivými výživovými doplnkami sa odporúča odstup viac ako dve hodiny, ak je to možné.

#### Praktické rady pre zdravú vaginálnu mikrobiotu:

Pri umývaní intímnych partií používajte mydlo s neutrálnym alebo mierne kyslým pH.

Nezdieľajte s nikým uteráky.

Vhodné je nosiť bavlnené spodné prádlo.

Nepoužívajte vaginálne výplachy.

**Uchovávanie:** Uchovávať pri teplote do 25 °C. Nepoužívajte po uplynutí dátumu spotreby, uvedenom na obale.

Gynocaps® ORAL je výživový doplnok.

Uchovávať mimo dohľadu a dosahu detí. Nenahrádza pestrú a vyváženú stravu a zdravý životný štýl.

Je dôležité udržiavať vyvážený životný štýl. Neprekračujte odporúčanú dennú dávku.

#### Literatúra:

- (1) Ravel J et al. Vaginal microbiome of reproductive-age women. *Proc Natl Acad Sci USA*. 2011; 108 Suppl 1: 4680-7.
- (2) Petricevic L, Witt A. *BJOG*. 2008; 115: 1369-74.
- (3) European Food Safety Authority (EFSA). Commission Regulation (EU) No 432/2012 of 16 May 2012.
- (4) Bohbot JM, Cardot JM. *Infect Dis Obstet Gynecol*. 2012; 2012: 503648.

**biose®**  
INDUSTRIE