



OBALAMY MITY
NA TEMAT JELIT!

DUSG-2025-00001

To jest lek. Dla bezpieczeństwa stosuj go zgodnie z ulotką dołączoną do opakowania i tylko wtedy, gdy jest to konieczne. W przypadku wątpliwości skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą.

Statyk 01

ŚWIATOWY DZIEŃ ZDROWIA 2025

Dziś, w Światowy Dzień Zdrowia, rozprawiamy się z najpopularniejszymi mitami dotyczącymi zdrowia jelit!

MIT 1: "Należy wypróżniać się dokładnie raz dziennie"

FAKT: Prawidłowa częstotliwość wypróżnień to kwestia indywidualna! Od 3 razy dziennie do 3 razy w tygodniu – wszystko może być normą, jeśli jest regularne i nie powoduje dyskomfortu.

MIT 2: "Dolegliwości jelitowe to wyłącznie problem fizyczny"

FAKT: Jelita i mózg są ściśle połączone! Stres, lęk i inne problemy natury psychicznej mogą bezpośrednio wpływać na pracę jelit. To tzw. oś jelitowo-mózgowa, która działa w obie strony.

MIT 3: "Kawa zawsze szkodzi jelitom"

FAKT: Umiarkowane spożycie kawy nie zaszkodzi Twoim jelitom - wszystko w umiarze!

O którym z tych mitów miałaś/-eś przekonanie, że jest prawdziwy? ↓

Pamiętaj, że Duspatalin Gastro to produkt leczniczy, który skutecznie niweluje wzdęcia, uczucie przepełnienia i towarzyszący im dyskomfort. Warto mieć go zawsze przy sobie! ❤️

SIL: https://bit.ly/abpi_3_2024_OTC

Źródło: Boekema PJ, Samsom M, van Berge Henegouwen GP, Smout AJ. Coffee and gastrointestinal function: facts and fiction. A review. Scand J Gastroenterol Suppl. 1999;230:35-9.