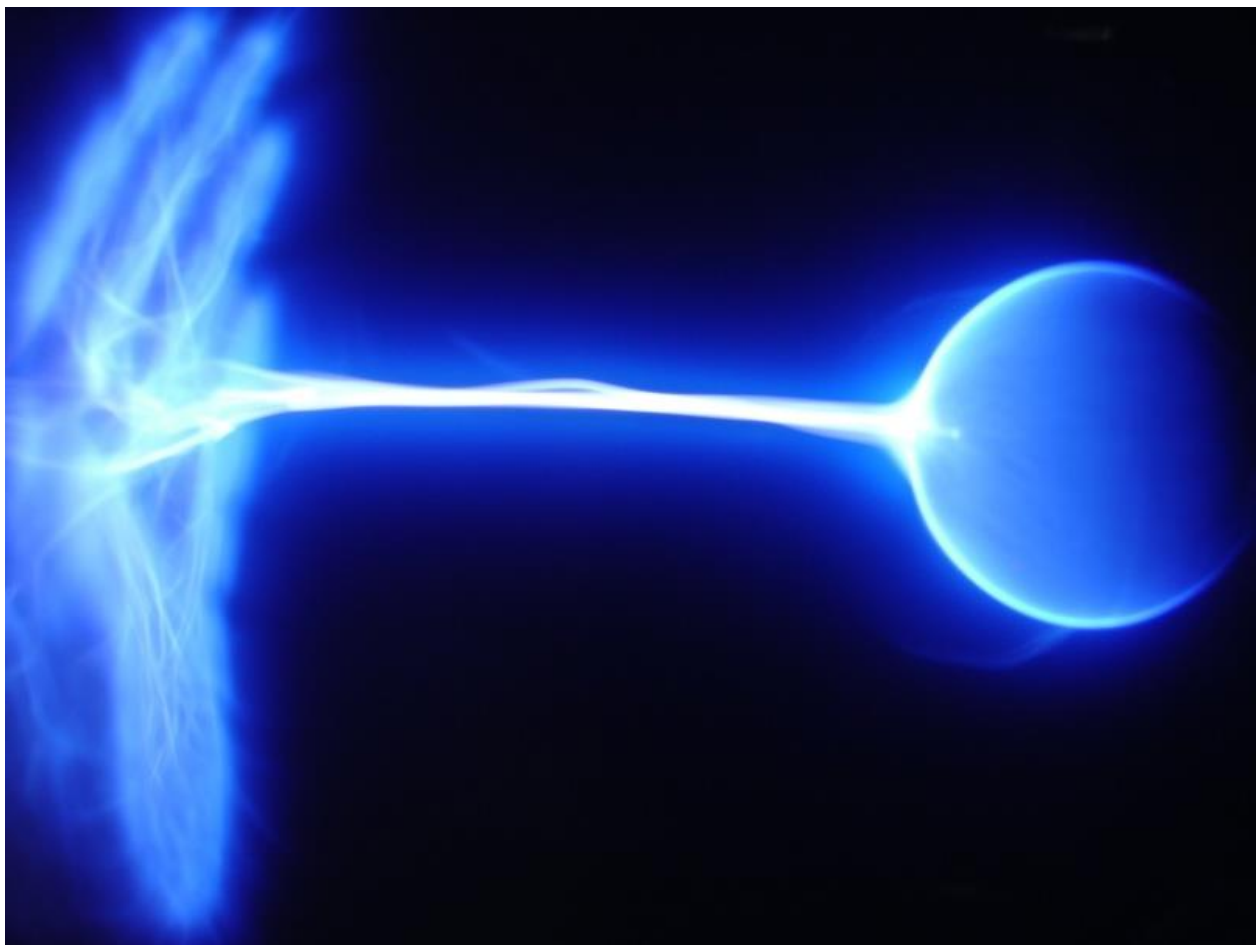


Холода, болезни, рутина, стрессы: причины, по которым мы теряем энергию, могут быть очень разными. По сути, дефицит жизненной энергии – это ключевая проблема современного человека. Зачастую у людей не хватает сил не только на достижение новых целей, но и на решение самых обычных, повседневных задач. Одной из причин такой ситуации, как доказано в последние годы, является микробный дисбаланс в кишечнике.



Полезные бифидо-, лакто- и пропионовокислые бактерии играют важнейшую роль в регуляции обменных процессов в организме. Их дефицит негативно влияет на метаболизм.

Это значит, что нарушается процесс преобразования веществ, поступающих с пищей, в энергию, которая может расходоваться на нужды организма, физическую и умственную активность.

Поэтому человек может полноценно питаться, тратить достаточно времени на отдых и сон — и при этом не ощущать долгожданного прилива сил.

Как показывают [исследования](#), при правильном микробном балансе в кишечнике, из пищи усваивается на 10% больше ценной энергии, чем на фоне дефицита полезных бактерий.

Кроме того, метаболиты защитных бактерий пропионат и бутират поступают из кишечника в кровь и влияют на обменные процессы, помогая расходовать энергию на необходимые нужды организма.



Также [исследования](#) последних лет демонстрируют, что именно пропионат играет важнейшую роль в повышении выносливости и мышечной силы при занятиях спортом.

Ученые проанализировали микробиом марафонцев, и выяснили, что лучшие результаты показали спортсмены в кишечнике которых было повышено содержание бактерий *Veillonella atypica*.

Как было установлено, данная бактерия обладает способностью превращать в пропионат молочную кислоту – вещество, которое вырабатывается в мышцах при интенсивных физических нагрузках.

Эксперименты показали, что именно пропионат является «источником силы», повышающим выносливость, снабжающим организм дополнительной порцией энергии.

Таким образом, прием пробиотиков на основе пропионовокислых бактерий, с одной стороны, помогает восстановить микробный баланс в кишечнике, что положительно влияет на обменные процессы, а с другой позволяет повысить в организме уровень пропионата.



Это сопровождается повышением выносливости, быстрой утилизацией молочной кислоты после тренировок, снижением утомляемости и ускоренным восстановлением после интенсивных физических нагрузок.

Закваска пропионовокислых бактерий – это новый пробиотик компании «Вектор-БиАльгам». В каждом миллилитре содержится не менее 1 миллиарда полезных микроорганизмов, а также ценные метаболиты.

Закваска пропионовокислых бактерий является продуктом, готовым к употреблению.

Пробиотик принимать 2-3 раза в день, для взрослых возможен однократный утренний прием суточной дозы. Рекомендуется принимать за 20-30 минут до еды, запивая небольшим количеством воды.

Детям с 18 месяцев до 12 лет - по 2-3 мл в день.
Детям старше 12 лет и взрослым – по 3-5 мл в день.
Продолжительность приема – 14-21 день.