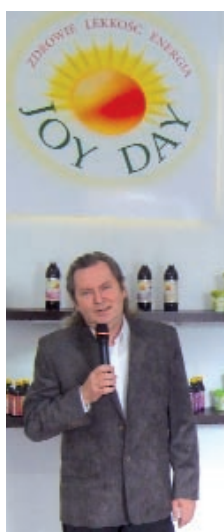


Z miłości do bakterii

Na nasze zdrowie i kondycję wpływ ma przede wszystkim flora bakteryjna – przekonuje Jędrzej Soporowski, promotor ekologii życia, jak o sobie mówi. Firma, którą założył, wytwarza produkty zawierające żywe kultury bakterii probiotycznych. Siedziba firmy i laboratorium znajdują się w Trzcielu, w województwie lubuskim.

Living Food to firma niezwykła, bo tu się bakterii „pilnuje”, „słucha” i „dopieszcza”. Jędrzej Soporowski mówi po prostu, że ma serce do bakterii, traktuje je indywidualnie, bo też każde bakterie mają swoje potrzeby i potrzebują szczególnej uwagi. Światem mikroorganizmów zainteresował się kilkanaście lat temu, kiedy na sobie eksperymentował z odżywianiem, m.in. ograniczył przyjmowanie pokarmów do minimum. – Obserwowałem wówczas procesy zachodzące w moim organizmie i doszedłem do wniosku, że za jego funkcjonowanie odpowiedzialny jest umysł i bakterie. Zacząłem więc szukać dalej, dociekać – opowiada pan Jędrzej. W ten sposób trafił na prace Teruo Higi, japońskiego biologa z uniwersytetu na Okinawie, który współtworzył technologię Efektywnych Mikroorganizmów (EM): zestawil kilka-



Jędrzej Soporowski: Dobra flora bakteryjna ewidentnie wpływa na naszą odporność.

bakterii, które – co ważne, dotrą do jelita grubego i skutecznie je zasiedlą. A ta wędrówka nie jest wcale łatwa. – Bakterie przechodzą w organizmie przez ośrodki stresowe, takie jak kwasy żołądkowe, czy sole żółciowe. Większość prozdrowotnych bakterii dostarczanych do organizmu wraz z tradycyjnym, „żywym” pożywieniem ginie. Dlatego muszą być ich miliardy, żeby do jelit mogły się przedostać miliony – opowiada pan Jędrzej.

Bakterie, które izoluje się z organizmu ludzkiego, są przystosowane do takich trudnych warunków. Należą do nich probiotyki, zidentyfikowane szczepy bakterii o potwierdzonych właściwościach prozdrowotnych, które wiedzą jak ten „labirynt” przejść – podkreśla Soporowski.

Jeśli bakterie probiotyczne można kupić w kapsułkach, jako suplementy diety, to w czym napoje Joy Day, które są przecież flagowym produktem Living Food, są lepsze? Jędrzej Soporowski tłumaczy, że w napojach, które produkują, jest co najmniej 11 szczepów bakterii, które ze sobą współpracują na zasadzie synergii; taka dopasowana bioróżnorodność może przynieść większe korzyści organizmowi.

W napojach Joy Day jest co najmniej 11 szczepów bakterii, które ze sobą współpracują na zasadzie synergii.

dziesiąt mikroorganizmów występujących w naturze i współdziałających ze sobą.

Jędrzej Soporowski zainteresował się na poważnie zespołem bakterii probiotycznych przeznaczonych dla ludzi.

Trudna droga do jelita

Jędrzej Soporowski wraz z żoną Małgorzatą i współpracownikiem Piotrem Żybura, przez 3 lata pracowali nad recepturą napoju zawierającego odpowiednie ilości prozdrowotnych

Zapominają o niewoli

Kluczowy jest jednak proces hodowli bakterii i właśnie na ten fakt zwraca przede wszystkim uwagę pan Jędrzej. – Producenci suplementów diety zwykle pakują liofilizowane bakterie do kapsułek. Przedtem ich proces produkcji trwa około 72 godziny. U nas robi się to inaczej, bo

zależy nam, aby przeżywalność bakterii, kiedy już trafią do organizmu człowieka, była jak najwyższa. Mają wówczas szansę, by skutecznie zasiedlić układ cały jelit – tłumaczy. – Przywracamy bakterie naturze. Najpierw je ożywiamy, proces ten trwa kilka tygodni, w tym czasie monitorujemy ich rozwój i reagujemy na ich potrzeby. Każda partia bakterii jest pilnowana. W tym czasie bakterie „zapominają”, że były w „nie-woli” i zaczynają pracować zespołowo, zupełnie naturalnie i produkują cenne metabolity – opowiada.

– Żyję niezwykle intensywnie. To właśnie dzięki tym bakteriom dają radę – śmieje się Jędrzej Soporowski. Ale podkreśla: - Flora bakteryjna każdego człowieka jest unikalna, podobnie jak linie papilarne. Dlatego też zażywając tego typu preparaty, każdy organizm będzie reagował inaczej. Jest jednak bezsporne, że to pożyteczne bakterie są odpowiedzialne za kondycję człowieka, za funkcjonowanie organizmu, za działanie jego układu odpornościowego. Co więcej, im dłużej spożywamy napoje probiotyczne, tym organizm mniej

DWA KILOGRAMY MIKROBÓW

Organizm zdrowego człowieka zawiera w sobie około 500 - 1000 różnych gatunków mikroorganizmów, uznaje się, że w ciele przeciętnego człowieka przyjmują one masę na poziomie 1,5 do 2,5 kg. Najlicniejsza populacja bakterii „mieszka” w jelicie grubym. Mikroflora przewodu pokarmowego zawiera zarówno bakterie niepożądane (np. bakterie patogenne), jak i bakterie pożądane (prozdrowotne). Do tych dobrych bakterii, czyli probiotycznych, zalicza się wiele szczepów, m.in. *Lactobacillus acidophilus*, *L. plantarum*, *L. bulgaricus*, *L. paracasei*, *L. reuterii*, *L. lactis*, *Bifidobacterium bifidum*, *B. longum*, *B. infantis*, *B. breve*, *Saccharomyces boulardii*.

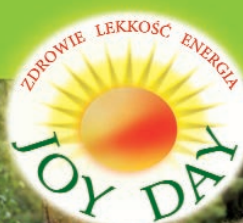
Źródło: joyday.info

ich potrzebuje. Można to porównać do ciężkiej kuli. Żeby wprawić ją w ruch potrzeba bardzo dużej siły, ale żeby dalej się toczyła, wystarczy używać tej siły już mniej – mówi. ■

Jacek Y. Łuczak

REKLAMA

RADOŚĆ DNIA - DLA OSÓB DBAJĄCYCH O PROFILAKTYKĘ ZDROWIA



ZDROWIE i... probiotyczne DOBRE BAKTERIE

Organizm człowieka nie produkuje bakterii. Jest środowiskiem, w którym rozwijają się zarówno te chorobotwórcze jak i te prozdrowotne. Pozyskujemy je ze środowiska, w którym żyjemy, najczęściej wraz z pożywieniem. Od tych prozdrowotnych zależy nasza kondycja i dobre samopoczucie.

Cel jest jasny – blokada patogenów poprzez dbałość o dominację w naszych jelitach prozdrowotnej, zrównoważonej flory bakteryjnej. Do tego potrzebny jest zespół różnorodnych żywych kultur bakterii probiotycznych, zdolnych do zasiedlenia przewodu pokarmowego na odpowiednio wysokim poziomie.

Bakterie probiotyczne w ciele człowieka mają, między innymi, pozytywny wpływ na:

- rozkład pokarmów i zwiększone przyswajanie jego składników
- witalność, ponieważ ich metabolitami są witaminy, minerały, antyoksydanty, enzymy trawienne oraz liczne związki prozdrowotne i antyseptyczne,
- wzmocnienie bariery dla patogennych bakterii i grzybów
- wzmocnienie szczelności błony śluzowej jelit.

Są niezbędnym elementem w terapii po antybiotykach i po chemioterapii.

Produkty zawierają kompleks probiotyków z rodzaju *Lactobacillus* i *Bifidobakterie*.

Bakterie probiotyczne, to nasi bezkompromisowi sprzymierzeńcy! Kwestią jest tylko troska o ich znaczną obecność w organizmie. Dlatego tak ważne jest uzupełnianie ich niedoboru i strat spowodowanych stresem, nieprawidłowym odżywianiem się, inwazją wolnych rodników, chemią, antybiotykami, środkami bakteriobójczymi itd.

odniesienie: www.gutmicrobiotaforhealth.com



PL-EKO-09
Rolnictwo UE



Produkt wyróżniony przez
Fundację Rozwoju
Kardiochirurgii
im. prof. Zbigniewa Religi
w Zabrze.



Living
Food
NADLEŻE PRODUKOWAĆ NATURE

PRODUCENT

DZIAŁ ZAMÓWIEN: tel. 95 333 07 02

DZIAŁ HANDLOWY: tel. 693 822 235

Jednej Soporowski