

# LibraMed



Σύμπλεγμα πολυσακχαριδικών μακρομορίων που έχει κατοχυρωθεί με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας  
100% ΦΥΣΙΚΟ

Χρήσιμο στη διαχείριση του υπερβολικού βάρους και της παχυσαρκίας, και σε περιπτώσεις αυξημένης κοιλιακής περιφέρειας

**Βοηθά να ελέγξετε την μεταγευματική γλυκαιμική αιχμή, μειώνει την απορρόφηση των λιπών και την αίσθηση της πείνας**

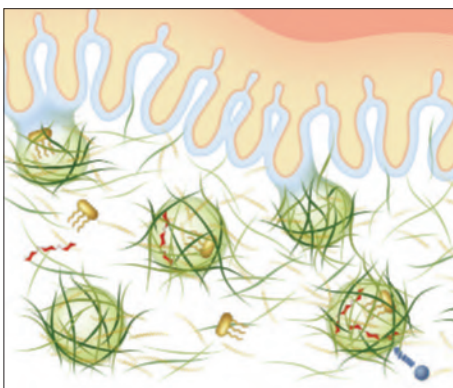
**Δισκία**

ΙΑΤΡΟΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ  
Κατηγορία IIa

Το **Libramed** είναι ένα Ιατροτεχνολογικό Προϊόν κλινικά ελεγμένο που δρα μέσω του **Policartil Gel Retard**<sup>®</sup>, ενός συμπλέγματος πολυσακχαριδικών μακρομορίων που έχει κατοχυρωθεί με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας προϊόν της έρευνας Aboca.

Το **Policartil Gel Retard**<sup>®</sup> δρα σε εντερικό επίπεδο σχηματίζοντας μια πολύ παχύρρευστη γέλη που **ευνοεί τον έλεγχο της μεταγευματικής γλυκαιμικής αιχμής, μειώνοντας την ποσότητα και τον ρυθμό απορρόφησης των υδατανθράκων** (επίδραση retard). Αυτό καθορίζει επίσης τη **μείωση του αισθήματος της πείνας και της μεταγευματικής υπνηλίας**.

Επιπλέον, με τον ίδιο μηχανισμό, το **Policartil Gel Retard**<sup>®</sup> **περιορίζει την απορρόφηση των λιπών, ευνοεί την εντερική διέλευση και ρυθμίζει τη συνεκτικότητα των κοπράνων**.



Το Polycartil Gel Retard<sup>®</sup>, σχηματίζει ένα πλέγμα που εγκλωβίζει υδατάνθρακες και λίπη εμποδίζοντας την επαφή τους με την εντερική επιφάνεια, καθιστώντας τα λιγότερο διαθέσιμα για απορρόφηση.

## ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ

Χάρη στο μηχανισμό δράσης του, το Libramed ενδείκνυται για:

**Ενήλικες και εφήβους από την ηλικία των 12 ετών**

- Σε περίπτωση υπερβολικού βάρους και παχυσαρκίας
- Με αυξημένες τιμές κοιλιακής περιφέρειας, ακόμα και με φυσιολογικό βάρος

**Παιδιά 8 ετών και άνω**

- Σε περίπτωση υπερβολικού βάρους και παχυσαρκίας

Η αποτελεσματικότητα του προϊόντος μεγιστοποιείται όταν συνδυάζεται με ισορροπημένη διατροφή, με επαρκή πρόσληψη υγρών και με τακτική φυσική δραστηριότητα.

## Η ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΤΟΥ LIBRAMED ΕΙΝΑΙ ΚΛΙΝΙΚΑ ΕΛΕΓΜΕΝΗ

Η αποτελεσματικότητα και η ασφάλεια του Libramed έχουν δοκιμαστεί κλινικά σε ενήλικες και εφήβους.

Σε μια μελέτη σε 30 υπέρβαρα και παχύσαρκα ενήλικα άτομα αξιολογήθηκε η μείωση του βάρους, ο ΔΜΣ (Δείκτης Μάζας Σώματος) και η περίμετρος της μέσης. Στα άτομα που συμμετείχαν στη μελέτη χορηγήθηκε Libramed για 60 ημέρες σε συνδυασμό με συστάσεις διατροφής/συμπεριφοράς. Παρατηρήθηκε μια στατιστικά σημαντική μείωση του βάρους, του ΔΜΣ και της περιμέτρου της μέσης. Αναφέρθηκε επίσης μια μείωση της μεταγευματικής υπνηλίας.

Σε μια επιπλέον κλινική δοκιμή διάρκειας ενός έτους που διενεργήθηκε σε 133 υπέρβαρους εφήβους-παχύσαρκους μεταξύ των ηλικιών 8 και 13 ετών με οικογενειακό ιστορικό παχυσαρκίας και διαβήτη, συγκρίθηκαν τα αποτελέσματα της λήψης Libramed σε συνδυασμό με μία δίαιτα με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη (LGI) με εκείνα που ελήφθησαν από δύο άλλες ομάδες, αντίστοιχα, που υποβάλλονταν μόνο σε δίαιτα χαμηλή σε θερμίδες και χαμηλού γλυκαιμικού δείκτη (LGI). Η μελέτη έδειξε ότι η λήψη Libramed, σε συνδυασμό με μια διατροφή με χαμηλό γλυκαιμικό δείκτη (LGI), καθορίζει στατιστικά σημαντικές βελτιώσεις στη μείωση του βάρους και άλλων σημαντικών παραμέτρων του μεταβολισμού των υδατανθράκων σε σύγκριση με τις ομάδες που υπόκεινται μόνο σε διαιτητικές θεραπείες.



gluten free

## ΣΥΝΘΕΣΗ

Σύμπλεγμα πολυσακχαριδικών μακρομορίων που έχει κατοχυρωθεί με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας (Policartil Gel Retard<sup>®</sup>), Αρώματα Πορτοκαλιού, Μήλου και Λεμονιού.

Το Polycartil Gel Retard<sup>®</sup> είναι ένα μακρομοριακό σύμπλεγμα κατοχυρωμένο με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας που αποτελεί προϊόν έρευνας της εταιρείας Aboca, καθώς και μιας τεχνολογίας παραγωγής που επιτρέπει τη συγκέντρωση συγκεκριμένων πολυσακχαριδικών κλασμάτων, προερχόμενων από: *Cuttarίνη*, *Opuntia Ficus indica*, *Amorphophallus konjac*, *Althaea officinalis*, *Linum usitatissimum*, *Tilia platyphyllos*, *Cichorium intybus*.

## ΤΡΟΠΟΣ ΧΡΗΣΗΣ

**Ενήλικες και έφηβοι άνω των 12 ετών:** 3 δισκία πριν από τα δύο βασικά γεύματα.

**Παιδιά από 8 έως 12 ετών:** 2 δισκία πριν από τα δύο βασικά γεύματα.

Η συνιστώμενη δόση πρέπει να λαμβάνεται με ένα γεμάτο ποτήρι νερό, ενώ πρέπει να δίδεται προσοχή ώστε η κατάποση του κάθε δισκίου να γίνεται ξεχωριστά. Να αποφεύγεται η μάσηση και η σύνθλιψη του δισκίου με τα δόντια. Σε περίπτωση αντιμετώπισης δυσκολίας στην κατάποση, μπορείτε να διαλύσετε τα δισκία σε χλιαρό νερό ή σε αφεψήματα χωρίς προσθήκη ζάχαρης, ανακατεύοντας μέχρι την πλήρη διάλυσή τους. Το υγρό που προκύπτει πρέπει να καταναλώνεται εντός ολίγων λεπτών, πριν δημιουργηθεί η γέλη.

## ΔΙΑΡΚΕΙΑ ΑΓΩΓΗΣ

Η πρόσληψη του Libramed πρέπει να διαρκεί τουλάχιστον 2 μήνες, ενώ είναι σημαντικό να διακόπτεται για 2-3 ημέρες μετά από κάθε μήνα αγωγής.

Γυάλινη φιάλη των 100 g που περιέχει 138 δισκία των 725 mg έκαστο

## ΠΑΡΕΝΕΡΓΕΙΕΣ

Η ασφάλεια του Libramed επιβεβαιώθηκε από κλινικές μελέτες σε ενήλικες και εφήβους που έχουν δείξει εξαιρετική ανεκτικότητα. Η πρόσληψη του Libramed δεν προκάλεσε μεταβολές στις βασικές τιμές των αιματολογικών και ουρολογικών εξετάσεων. Τις πρώτες ημέρες της χρήσης μπορεί να παρατηρηθούν φαινόμενα μετεωρισμού, τα οποία επιλύονται από μόνα τους κατά τη συνέχιση της αγωγής. Στην περίπτωση αυτή συνιστάται η μείωση της δοσολογίας σε 1 δισκίο επί δύο φορές την ημέρα και η σταδιακή της αύξηση μέχρι να επιτευχθεί η ενδεδειγμένη δόση.

## ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ

Δεν συνιστάται η απευθείας κατάποση των δισκίων σε άτομα που αντιμετωπίζουν δυσκολίες στην κατάποση, στην οποία περίπτωση τα δισκία πρέπει να διαλύονται προληπτικά. Συνιστάται να παίρνετε το προϊόν τουλάχιστον δύο ώρες πριν ή μετά τη λήψη φαρμάκων, ούτως ώστε να μην παρεμβαίνει στην απορρόφηση τους. Να αποφεύγεται η χρήση κατά την κύηση και τη γαλουχία.

Σε άτομα υπό φαρμακευτική αγωγή για διαβήτη και υπερλιπιδαιμία συνιστάται να ζητήσετε τη γνώμη του γιατρού, προκειμένου να εξετάζεται η ανάγκη για μια ενδεχόμενη προσαρμογή της δοσολογίας των φαρμάκων. Να μην χρησιμοποιείται σε περίπτωση υπερευαισθησίας ή μεμονωμένης αλλεργίας σε ένα ή περισσότερα συστατικά. Να φυλάσσεται σε θερμοκρασία περιβάλλοντος, μακριά από πηγές θερμότητας και να προστατεύεται από το φως. Να φυλάσσεται μακριά από τα παιδιά. Η ημερομηνία λήξης αναφέρεται σε προϊόν ανέπαφο και σωστά διατηρημένο.

## ΔΙΑΘΕΣΙΜΗ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ

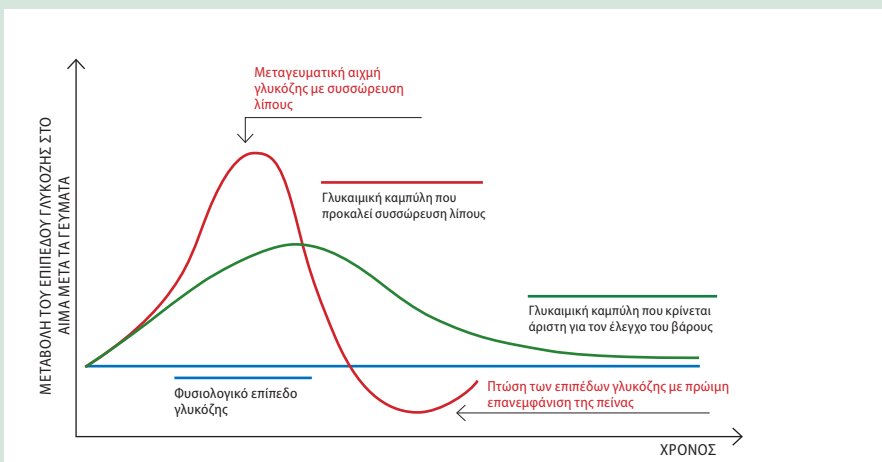
**Libramed δισκία:** Συσκευασία των 138 δισκίων για κατάποση των 725 mg έκαστο.

## ΛΗΞΗ

Δείτε τη λήξη που αναγράφεται στη συσκευασία. Να μην χρησιμοποιείται μετά την αναγραφόμενη ημερομηνία λήξης.

## Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΓΛΥΚΑΙΜΙΑΣ ΣΤΟΝ ΕΛΕΓΧΟ ΤΟΥ ΒΑΡΟΥΣ

Πολλοί παράγοντες εμπλέκονται στη ρύθμιση του σωματικού βάρους. Ορισμένοι από αυτούς, όπως η ποσότητα της ενέργειας που λαμβάνουμε από τις τροφές (θερμίδες), η χοληστερίνη και τα τριγλυκερίδια, είναι ευρέως γνωστοί, ενώ άλλοι, όπως τα επίπεδα της γλυκόζης στο αίμα (γλυκαιμία) και η διακύμανσή τους κατά τη διάρκεια της ημέρας, είναι λιγότερο γνωστοί αλλά αδιαμφισβήτητα καίρια. Η γλυκαιμία ρυθμίζεται από την ορμόνη ινσουλίνη, την οποία παράγει και εκκρίνει το πάγκρεας ως αντίδραση στην απορρόφηση των υδατανθράκων που προσλαμβάνουμε με τη διατροφή: όταν τα επίπεδα γλυκόζης ανεβούν πολύ και γρήγορα, προκαλείται αύξηση στην έκκριση της ινσουλίνης, η οποία επιφέρει την απότομη πτώση του γλυκαιμικού δείκτη στο αίμα, με συνέπεια τη συσσώρευση και εναπόθεση λίπους και την πρώιμη επανεμφάνιση της αίσθησης της πείνας.



Οι γλυκαιμικές καμπύλες δείχνουν την ταχύτητα και την ποσότητα της γλυκόζης που απορροφάται στο αίμα μετά από ένα γεύμα. Παρατηρώντας την πράσινη καμπύλη, φαίνεται σαφώς πως για τον έλεγχο του βάρους είναι θεμελιώδες για να διατηρηθούν υπό έλεγχο τα επίπεδα της γλυκόζης στο αίμα, αποφεύγοντας έτσι αιχμές της τιμής της γλυκόζης που καθορίζουν τη συσσώρευση του λίπους και την πρώιμη επανεμφάνιση του αισθήματος της πείνας.

Έλεγχος της μεταγευματικής γλυκαιμικής αιχμής:

- επιτρέπει την ορθή χρήση των υδατανθράκων
- προάγει την αίσθηση του κορεσμού και ευνοεί τον έλεγχο της πείνας
- προάγει τη μείωση του σωματικού βάρους, παράλληλα με τη μείωση της λιπώδους μάζας και της κοιλιακής περιφέρειας
- περιορίζει τη μεταγευματική υπνηλία

## ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΤΟΥ ΕΛΕΓΧΟΥ ΤΟΥ ΒΑΡΟΥΣ ΣΤΗΝ ΠΑΙΔΙΑΤΡΙΚΗ ΗΛΙΚΙΑ

Η διαχείριση του ελέγχου του βάρους στα παιδιά **απαιτεί μια ιδιαίτερη προσέγγιση σε σχέση με τους ενήλικες**. Πράγματι, στην παιδιατρική, είναι απαραίτητο **να εξασφαλιστεί αύξηση του σωματικού βάρους ανάλογη με την ανάπτυξη του ατόμου με** επαρκή πρόσληψη θρεπτικών συστατικών, ενώ πρέπει ταυτόχρονα να αποφευχθεί το υπερβολικό βάρος και η παχυσαρκία, αυξανόμενα φαινόμενα στις σύγχρονες κοινωνίες, η οποία θα μπορούσε να επηρεάσει σοβαρά την κατάσταση της υγείας του παιδιού. Μια σωστή προσέγγιση στη διαχείριση του βάρους στα παιδιά, θα πρέπει να ξεκινήσει από τον έλεγχο των κύριων παραγόντων κινδύνου, της ανθυγιεινής διατροφής και της καθιστικής ζωής, προκειμένου να προστατευθεί η κατάσταση της υγείας του παιδιού και η αρμονική ανάπτυξή του και η πρόληψη της παχυσαρκίας και των σχετικών με αυτήν ασθενειών κατά την ενηλικίωση. Ο στόχος πρέπει να είναι να επιβραδυνθεί ή να σταματήσει η υπερβολική αύξηση του σωματικού βάρους, επιτρέποντας στο παιδί να μεγαλώσει σε ύψος, διατηρώντας ένα βάρος ανάλογο με το ανάστημά του. Ο καλύτερος τρόπος για την επίτευξη αυτού του στόχου είναι μια συμπεριφορική διαιτητική διαδρομή, που υλοποιείται μαζί με την οικογένεια, η οποία επιδρά σε διαφορετικούς παράγοντες:



**ΔΙΑΤΡΟΦΗ** υιοθετώντας την κατάλληλη διατροφή, δηλαδή ποικιλία χωρίς υπερβολές, που περιλαμβάνει όλα τα τρόφιμα στη σωστή ποσότητα, και προτιμά τα φρούτα και τα λαχανικά και περιορίζει τροφές και ποτά με μεγάλη περιεκτικότητα σε απλά σάκχαρα.



**ΚΙΝΗΣΗ** αποφεύγοντας την καθιστική ζωή με καθημερινή σωματική δραστηριότητα, ευνοώντας το ελεύθερο παιχνίδι και την οργανωμένη φυσική δραστηριότητα.

Σε περιπτώσεις όπου η σωστή διατροφή και η επαρκής φυσική δραστηριότητα δεν επαρκούν για να αντιμετωπίσουν το υπερβολικό βάρος που απειλεί την υγεία του παιδιού, μπορεί να είναι χρήσιμο, υπό την καθοδήγηση του παιδίατρο, να παρέμβετε με την υποστήριξη ενός ειδικού θεραπευτικού προϊόντος.



[www.libramed.gr](http://www.libramed.gr)



Είναι ένα προϊόν της σειράς **Fitomagra**



Ημερομηνία τελευταίας αναθεώρησης: 10/2015

**Aboca S.p.A. Società Agricola** - Loc. Aboca, 20 - 52037 Sansepolcro (AR) - Italia  
[www.aboca.com](http://www.aboca.com)