

Vezel keuzehulp

De effecten van verschillende vezelproducten in een overzicht



	Psyllium	Lijnzaad	Inuline-poeder	Tarwe-zemelen	WholeFiber	Acaciagom	Guargom
Intrinsieke vezel	✗	✓	✗	✗	✓	✗	✗
Darmpassagetijd	—	—	—	—	✓	—	✓
Stoelgang frequentie	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Maakt ontlasting soepeler	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓
Prebiotisch	✗	✗	✓	✗	✓	✓	✗
Selectief effect op darmmicrobioom	—	—	✓	—	✓	✓	—
Toename KKV's* korte ketenvetzuren	—	—	—	—	✓	—	—
Wordt zeer goed verdragen	—	✓	—	—	✓	✓	—

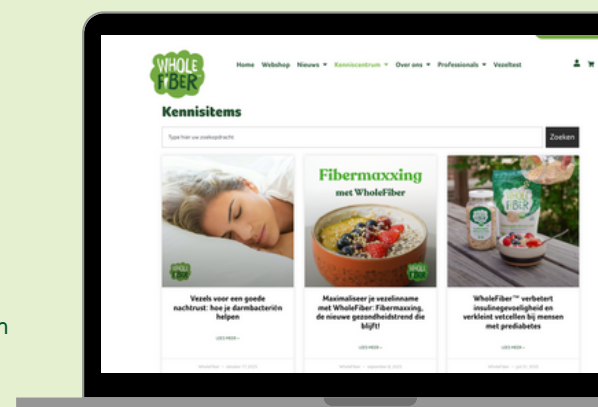
Kennisdeling

Bezoek onze website voor kennisitems, veelgestelde vragen, online brochures en om webinars terug te kijken.



Bent u een gezondheidsprofessional?

Wij gaan graag met u in gesprek over hoe u WholeFiber kunt inzetten voor gezondheidswinst bij uw cliënten. Meld u aan en ontvang **samples en flyers** voor in de praktijk, een **presentatie**, uitnodigingen voor **webinars** en maandelijkse updates en inzichten via onze **nieuwsbrief**.



Effecten van verschillende soorten vezels op stoelgang en darmmicrobioom

Met wetenschappelijke onderbouwing

	Psyllium	Lijnzaad	Inuline-poeder	Tarwe-zemelen	WholeFiber	Acaciagom	Guargom
Intrinsieke vezel	Nee	Ja	Nee	Nee	Ja	Nee	Nee
Darmpassagetijd ↓ = versnelling	Geen effect	Geen effect	Geen effect	Geen effect	↓	Geen effect	↓
Stoelgang frequentie ↑ = vaker stoelgang	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑
Maakt ontlasting soepeler	↑	↑	↑	↑	↑	↑	↑
Prebiotisch	Nee	Nee	Ja	Nee	Ja	Ja	Nee
Effect darmmicrobioom	Geen selectief effect	Geen selectief effect	Verhoging Bifidobacterium Anaerostipes	Geen selectief effect	Zeer sterke verhoging Bifidobacterium Anaerostipes	Verhoging Bifido-bacterium	Geen selectief effect
Toename KKV's*	Geen effect	Geen effect	Geen effect	Geen effect	↑	Geen effect	Geen effect
Tolerantie	Goed, mogelijk verstopping	Zeer goed	Goed, toename gasvorming	Goed, toename gasvorming	Zeer goed	Zeer goed	Goed, mogelijk verstopping

*KKV's: korte ketenvetzuren (butyraat, acetaat, propionaat)



www.WholeFiber.nl

info@wholefiber.nl

(085) 0667079



Scan voor literatuurlijst

Neem gerust contact met ons op bij vragen

