



Slim Facts

Allgemeine Anleitung zum Verzehr des Produkts

Generell kann man sagen, dass das Produkt am Besten vor den Mahlzeiten zu verzehren ist. Die beste Methode ist es, wenn man den Inhalt eines Sachets Bios Life Slim™ mit ca. 250 ml stillem, zimmerwarmen Wasser mischt. Sie können dazu einen Mixbecher von Unicity, eine Plastikflasche oder sogar einen speziellen Mixer verwenden. Es ist wichtig, dass das Produkt sehr gut vermischt wird. Deshalb führt das Umrühren mit einem Löffel nicht zu einem optimalen Ergebnis. Manche Menschen mischen das Produkt lieber mit anderen Flüssigkeiten z.B. Obstsaften, was ebenso möglich ist. Diabetiker sollten darauf achten, dass Fruchtsäfte Zucker enthalten. Auch wenn Bios Life Slim™ sehr gut für Ihren Blutzuckerhaushalt ist, kann dieser Effekt durch den Zucker im Fruchtsaft ausgeglichen werden. Das Produkt verzehrt man am Besten 10 Minuten vor dem Essen. Wenn Sie nicht so lange bis zum Essen warten können, sollten Sie Ihre Mahlzeit mit einem Salat beginnen. Trinken Sie das Produkt sofort nach dem Zubereiten auf einmal.

Erklärung zur allgemeinen Anleitung

Die richtige Verwendung des Produkts hängt von dem Funktionsmechanismus im Magen-Darm-Trakt ab. Dies ist darauf zurückzuführen, dass das Produkt zu ca. 70% aus viskosen, löslichen Ballaststoffen besteht. Ich habe bereits in der 1. Ausgabe der Slim™ Facts erklärt, dass lösliche Ballaststoffe wichtig für die Verhinderung der Kohlenhydrat-Aufnahme aus unserer Ernährung sind sowie für die Reduzierung des glykämischen Index´ der Nahrung, die wir zu uns nehmen. Daher ist es einfach zu verstehen, dass das Produkt bereits im Magen-Darm-Trakt sein muss, bevor die Nahrung in unser System gelangt. Auch die anderen Inhaltsstoffe von Bios Life Slim™ werden besser vom Körper absorbiert, wenn keine Nahrung in unserem System vorhanden ist. Die löslichen Ballaststoffe müssen zunächst eine Gelmatrix im Magen-Darm-Trakt bilden. Je voluminöser die Gelmatrix ist, desto effektiver wird die Absorbierung Kohlenhydrate ins Blut durch die Ballaststoffe reduziert. Bios Life Slim™ benutzt eine einzigartige, patentrechtlich geschützte Technologie, die die Größe der Ballaststoff-Gelmatrix um das 8-fache steigert. Diese Technologie ist patentiert und basiert auf der Mischung von Calciumcarbonat mit den löslichen Ballaststoffen. Das Calciumcarbonat reagiert mit der sauren Umgebung des Magens nach dem das Produkt verzehrt wurde. Auf diese Weise entsteht Kohlendioxid. Das Kohlendioxid ist ein Gas und fängt an, im Magen-Darm-Trakt Bläschen zu bilden. Das Ergebnis davon ist die enorme Ausweitung der Gesamtvolumen der Ballaststoffmatrix. Wie Sie verstehen werden, benötigt dieser Prozess einige Zeit und deshalb empfehlen wir, Bios Life Slim™ 10 Minuten vor einer Mahlzeit zu verzehren. Der alternative Salat, den Sie eventuell zu sich nehmen, ist



Slim Facts



im Wesentlichen eine Brücke für diese Zeit, weil Salat keine nennenswerte Menge an Fett, Kohlenhydrate oder Eiweiß enthält. Ebenso wichtig ist es, dass Sie das Produkt nach dem Zubereiten nicht zu lange stehen lassen, bevor Sie es trinken. Lösliche Ballaststoffe bilden sehr schnell ein Gel, d.h. das Produkt wird sehr schnell dick, wodurch die Effektivität im Magen reduziert wird. Darüber hinaus wird es schwieriger, das Produkt zu trinken. Auch wenn die beste Zeit für den Verzehr des Produktes vor einer Mahlzeit ist, kann man Bios Life Slim™ auch nach einer Mahlzeit trinken, wenn man es mal vor der Mahlzeit vergessen hat. Das ist immer noch besser, als das Produkt überhaupt nicht zu trinken.

Wie viel sollten Sie nehmen

Unser Produkt wird in Packungen mit je 60 Portionen (Sachets) verkauft. Das bedeutet, wenn Sie täglich zwei Portionen zu sich nehmen, haben Sie mit einer Packung den Bedarf für einen Monat vorrätig. Unsere ernährungswissenschaftlichen Untersuchungen mit dem Produkt basierten ebenfalls auf 2 Portionen pro Tag und haben nachvollziehbare Ergebnisse gezeigt. Daher können Sie bei gleicher Dosierung ungefähr vergleichbare Resultate erwarten. Für schnellere Ergebnisse kann auch der Verzehr von 3 Portionen täglich, jeweils eine Portion vor einer Mahlzeit, in Betracht gezogen werden.

Wie Sie Bios Life Slim™ mit Medikamenten oder andere Nahrungsergänzungen kombinieren können

Es gibt 2 Arten von Medikamenten. Erstens Medikamente, die zusammen mit einer Mahlzeit eingenommen werden müssen und zweitens Medikamente, die auf nüchternen Magen eingenommen werden müssen. Bios Life™ ist ein Lebensmittel und das bedeutet, dass Sie Medikamente, die mit einer Mahlzeit eingenommen werden müssen, unbedenklich zusammen mit Bios Life™ einnehmen können. Sollten Sie Ihre Medikamente auf nüchternen Magen und nicht zusammen mit einer Mahlzeit einnehmen müssen, dann nehmen Sie diese nicht innerhalb einer Stunde vor oder nach dem Verzehr von Bios Life Slim™. Im Allgemeinen können Nahrungsergänzungen unbedenklich mit Bios Life Slim™ kombiniert werden. Die meisten Vitamine und Mineralien werden sogar besser absorbiert, wenn sie zusammen mit dem Produkt verzehrt werden.

Kann ich mit unerwünschten Begleiterscheinungen erwarten?

Die meisten Menschen, die Bios Life Slim™ verwenden, haben überhaupt keine Probleme. Sie haben meist einen verbesserten Verdauungsprozess und besseren Stuhlgang. Einige Menschen verspüren



Slim Facts



etwas Unbehagen in den ersten Tagen des Verzehrs. Das kann durch die plötzliche Zunahme von Ballaststoffen im Darm erklärt werden.

Bios Life Slim™ ist sehr mild für die Menschen, die es verwenden. In den ersten Tagen könnte sich etwas Luft in Ihrem Darm bilden. Diese Luft wird durch die gesunden Bakterien verursacht, die die löslichen Ballaststoffe in Ihrem Darm in Kohlendioxyd verwandeln. Manche Menschen haben diese Luftformation nicht; falls Sie zu den Menschen gehören, die diese Erfahrung machen, wird diese Begleiterscheinung vermutlich in einigen Tagen verschwinden. Der beste Rat dabei ist, das Produkt einfach weiterzunehmen, damit sich Ihr Darm an die zusätzlichen Ballaststoffen gewöhnt. Andere, seltenere Begleiterscheinungen von Bios Life™ könnten einen wenig lockeren Stuhlgang oder eine leichte Verstopfung sein. Dies ist bedingt durch die Verwendung der falschen Flüssigkeitsmenge zusammen mit dem Produkt. Die Optimierung der Flüssigkeitsmenge ist hierbei eine einfache Lösung für diese Unannehmlichkeiten. Trinken Sie mehr Wasser im Falle von Verstopfung und weniger Wasser im Falle von zu lockerem Stuhlgang.

Gibt es Menschen, die Bios Life™ nicht nehmen sollten?

Bios Life™ ist ein naturbasiertes Produkt, das auf diätetischen Zutaten beruht. Prinzipiell bedeutet das, dass es keine besondere Gruppe von Menschen gibt, die dieses Produkt nicht nehmen können. Als generellen Maßstab kann man sagen, dass ein sich normal ernähernder Mensch, der keine Restriktionen durch einen Arzt auferlegt bekommen hat, Bios Life™ verzehren kann. Eine Gruppe von Menschen, die Überempfindlichkeiten gegenüber Nahrungsergänzungen verspüren, sind Menschen, die an Morbus Chron leiden. Auch diese Menschen können Bios Life™ nehmen, sie sollten jedoch langsam mit einer halben Portion in der ersten Woche anfangen, um festzustellen, ob der Darm mit der erhöhten Menge an Ballaststoffen ohne unerwünschte Begleiterscheinungen zurechtkommt. Kinder ab dem 12. Lebensjahr können mit dem Produkt anfangen, wobei es für diesen Personenkreis ratsam ist, mit einer Portion anzufangen und auf zwei Portionen zu erhöhen, wenn kein Unbehagen im Darm zu spüren ist. Menschen, die an Diabetes leiden, ob Type I oder II, müssen wissen, dass Bios Life™ eine effektive Verbesserung der Blutzuckerkontrolle bewirkt. Dies ist ein sehr positiver Nebeneffekt in der Verwendung von Bios Life™, bedeutet jedoch nicht unbedingt, dass ein Diabetiker weniger Medikamente benötigt, um die Blutzuckerwerte zu kontrollieren. Es ist daher ratsam, die Benutzung von Bios Life™ mit Ihrem Arzt zu besprechen, sofern Sie Insulin oder andere Diabetes kontrollierende Medikamente nutzen.