



Neue Studie: Floragluck®-Inulin macht Anwender glücklich

Von *mmv*

Erstellt am 12 Dez 2016 - 10:29

Neue Studie: Floragluck®-Inulin macht Anwender glücklich

Floragluck®-Inulin ist kein Wundermittel, ja. Doch – schaut man wichtige, wissenschaftlich belegte Effekte an -, ist es ziemlich „wirkstark“. Gut belegt sind die vorbeugenden und heilsamen Effekte bei (Dauer-)Verstopfung, bei der zusätzlichen Gewichts-Verringerung mit Diät oder Sport, bei dem Ausgleich des Blutzuckers (Diabetes mellitus) oder der Senkung erhöhter Blutfett-Werte [1].

Klar, die „guten“ Darmbakterien spielen eine zentrale Rolle für unsere Gesundheit. Und, wie sich jetzt herausstellt, auch für unsere seelischen und geistigen Fähigkeiten (Schlaf, Gedächtnis, Stimmungen, Wahrnehmung, Denkvermögen und anderes) [2, 3]. Klar auch, dass die „guten“ Darmbakterien durch ein Präbiotikum unterstützt werden und uns dann gut tun. Nur wenige Gramm Inulin pro Tag, so zeigen neueste Studien, machen Studien-Teilnehmer „glücklicher“, weniger verstopft und weniger hungrig als das Placebo-Präparat in der Studien-Vergleichsgruppe. Bei den geistigen Leistungen wurden vor allem Gedächtnis-Fähigkeiten durch Inulin gesteigert – bessere Wiedererkennungs-Genauigkeit und erhöhte Erinnerungs-Leistung insgesamt [4]. Kurzum: Floragluck®-Inulin macht die Darmflora „glücklich“, und so auch die AnwenderInnen!

Quellen

[1] Micka A, Siepelmeyer A, Holz A, Theis S, Schön C: Effect of consumption of chicory inulin on bowel function in healthy subjects with constipation: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. *Int J Food Sci Nutr*. 2016 Aug 5:1-8.

[2] Galland L: The gut microbiome and the brain. *J Med Food*. 2014 Dec;17(12):1261-72.

[3] Luczynski P, Whelan SO, O'Sullivan C, Clarke G, Shanahan F, Dinan TG, Cryan JF: Adult microbiota-deficient mice have distinct dendritic morphological changes: differential effects in the amygdala and hippocampus. *Eur J Neurosci*. 2016 Nov;44(9):2654-2666.

[4] Smith AP, Sutherland D, Hewlett P: An Investigation of the Acute Effects of Oligofructose-Enriched Inulin on Subjective Wellbeing, Mood and Cognitive Performance. *Nutrients*. 2015 Oct 28;7(11):8887-96.

Presse:

Marion Kaden

Top-Fit-Gesund UG (haftungsbeschränkt), Riemeisterstraße 125, 14169 Berlin

Tel: 030-57704890, Fax: 030-80613680,

eMail: bubenzer@top-fit-gesund.de [1]

Top-Fit-Gesund UG (haftungsbeschränkt) ist ein Unternehmen zur Erforschung, Entwicklung und Herstellung von Arzneimitteln, Medizinprodukten, diätetischen Lebensmitteln, Nahrungsergänzungsmitteln sowie Dermato-Kosmetika. Das Unternehmen ist zudem in der Gesundheitsberatung und Medizin-Kommunikation tätig.

- [Gesundheit und Vorsorge](#)



Neue Studie: Floragluck®-Inulin macht Anwender glücklich

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://www.medkom24.eu>)

Quellen URL (aufgerufen am *31 Dez 2020 - 05:54*): <http://www.medkom24.eu/node/21972>

Links:

[1] <mailto:bubenzer@top-fit-gesund.de>