

Betaglucare

Medikal Gıda

Beta-Glukan Açısından Zengin, Kaliteli, Yoğun Yulaflar;

- Betaglucare, yoğun beta-glukan (1:3/1:4) içeren İskandinav yulafından elde edilen, yüksek çözünürlüklü lif oranına sahip 100% doğal bir üründür.
- Yulafın kalitesi ne kadar yüksekse, sindirim sisteminde oluşan jel o kadar yüksek kıvamlı olur.
- Kolesterol ve yemek sonrası kan glikoz seviyelerini düşürme becerisi, bu yüksek kıvamlı yapısına bağlıdır.
- Tek poşet Betaglucare, üç porsiyon yulafa eşit betaglukan içerir.
- Ayrıca üç porsiyonlu yulafın karbonhidrat ve nişasta (şeker) yükünü oluşturmaz böylelikle kan şekerini negatif olarak etkilemez.
- Betaglucare ayrıca midenizde topluk hissi verir, kilo kontrolünde yardımcı olur.



**Yüksek
Kıvamlı
Jel**



Kolesterolünüzü düşürdüğü ve kan şekerinizi sabitlediği kanıtlanmış sağlıklı bir kahvaltı yiyebilirsiniz.



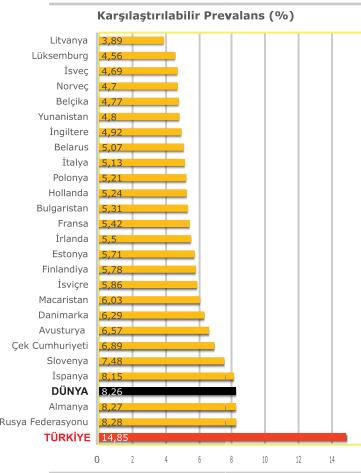
Nasıl Tüketmeliyiz?

- Betaglucare Yulaf kalpçıkları mevcut beslenme alışkanlıklarınızın tadını değiştirmez.
- Kahvaltlarınızda süt ile gevreklerine, meyve, yoğurt ve salatalarına ekleyebilirsiniz.
- İstediğiniz herhangi bir öğünde tüketebilirsiniz.
- Bol su ile tüketilmesi tavsiye edilir.
- Betaglucare şeker seviyesi düşük bir yiyecektir.
- Farklı tarifler için www.vikingsaglik.com sitemizi ziyaret edebilirsiniz.



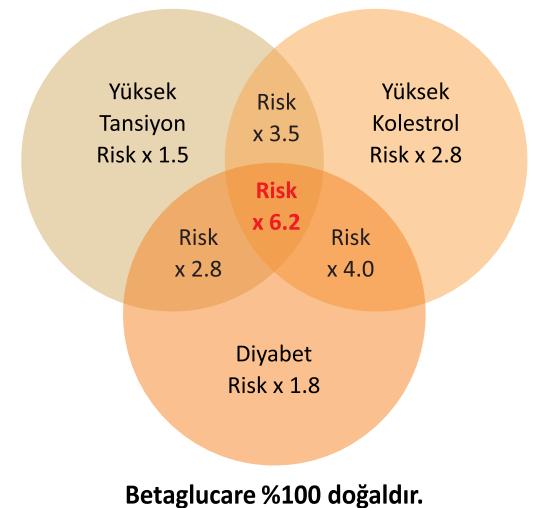
Betaglucare
zengin lif içeriğinden
dolayı bağırsak sağlığı
ve florası için son
derece faydalıdır.

Türkiye Genel Görünüm	Oran (%)	KİŞİ SAYISI
Türkiye'de 20 Yaş Üzeri Nüfus	65,4	47.467.350
Diyabet	13,7	6.503.027
Bilinen Diyabet	7,5	3.547.401
Yeni Diyabet	6,2	2.955.626
Prediabet	28,7	13.812.899
Diyabet + Prediabet	42,4	20.315.926
Obezite	31,2	15.237.019
Fazla Kilolu	37,5	17.088.246
Obezite + Fazla Kilolu	68,7	32.325.265
Hipertansiyon	25,6	12.578.848



Tip 2 Diyabet
Türkiye'de Endişe
Yaratacak Bir Hızla
Artmaktadır.
Ülkemizde 20
Milyon İnsan Tip2
Diyabet Hastalık
Risk'i Altındadır.

Kardiyovasküler Hastalık Riski (CVD)



Betaglucare

"Kan Şekerininizin"

"Yüksek Kolesterolünüzün"

Düşürülmesinde Yardımcı Olur!

Tahıl temelli beta-glukanlar suda çözülme özelliklerinden dolayı insan beslenmesinde çözünür lif desteği olarak önemli rol oynarlar. Tahıllar arasında en yoğun miktarda beta-glukanı yulaf içermektedir. Yulaf beta-glukanının, insan sağlığına üç ayrı olumlu etkisi bulunmaktadır: **kolesterolü düşürme, kan şekerini dengeleme ve mide ve bağırsak çalışmasını düzenlemeye yardımcı olur.**

- Amerikan Gıda ve İlaç Kurumu (FDA - Food and Drug Administration)
- Avrupa Kardiyoloji Derneği (ESC - European Society of Cardiology)
- Avrupa Gıda Güvenirliliği Otoritesi (EFSA - European Food Safety Authority)
- Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği
- Türk Kardiyoloji Derneği

Yulaf kaynaklı beslenme ve günde 3 gr. beta-glukan tüketimi tavsiye edilmektedir.

- Marlett, J. A., et al. (1994), Mechanism of serum cholesterol reduction by oat bran. *Hepatology*, 20: 1450-1457. doi:10.1002/hep.1840200612.
- Battilana P, et al. Mechanism of action of betaglucan in postprandial glucose metabolism. *Eur. J. Clin. Nutr.* 55:327,2001.
- EFSA, Scientific Opinion, Article 14 of Regulation (EC) No 1924/2006, 8 dec 2010 EFSA, Scientific Opinion, Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006.Journal 2011;9(6):2207.
- Ripsin CM, et al. Oat products and lipid lowering. *JAMA* 267(24):3317,1992.
- ESC/EAS Guidelines for the Management of dyslipidaemias. *Eur Heart Journal* 2011;32,1769-1818.
- Pick, M.E., et al. Oat bran bread products improve long-term control of diabetes. A pilot study. *J Am Diet Assoc.* 96:1254,1996.
- FDA, Code of Federal Regulations, Title 21, Volume 2, Revised as of April 1, 2015.
- Türk Kardiyoloji Derneği 2011, Suppl 3.
- Lipid Metabolizma Bozuklukları Tanı ve Tedavi Kılavuzu, Türkiye Endokrinoloji ve Metabolizma Derneği, 2015.



Viking Gıda ve Sağlık Ürünleri Ticaret A.Ş.

Seyitnizam Mh. Demirciler Sit. 8. Cd. No:75 / 215
P.K.: 34015 Zeytinburnu - İstanbul / TÜRKİYE
T: +90 532 111 84 70
www.vikingsaglik.com



vikingsaglik



betaglucaretr

Betaglucare

Clinically Proven Betaglucan



Sağlığınız

Şekeriniz!

Kolesterolünüz!

Kontrol Altında mı?

**Yarın Hastalıkların Sizi Yönetmemesi İçin,
Bugün Sağlığını Siz Yönetebilirsiniz...**

Seçim Sizin!

Kolesterolü Düşürmeye Yardımcı olur.

Yemeklerden Sonra Kan Glukoz Seviyesinin Azalmasına Destek Olur.

Gastrointestinal Sistemi Düzenlemeye Destek Olur.

Kardiyovasküler Hastalık Risklerinin Azalmasına Olumlu Katkı Sağlar.



**Sağlıklı Yaşam İçin
Doğal Seçim...**

Viking Sağlık

0532 111 84 70

info@vikingsaglikteam.com

www.vikingsaglik.com

[vikingsaglik](#) [betaglucaretr](#)

"Bu broşür sağlık profesyonelleri içindir"



Yüksek Kolesterol Nedir?

Kolesterol, vücudunuzun düzgün şekilde işlemesi için gereken bir yağdır (lipit).

- Yüksek kolesterol için kullanılan tıbbi terim ise lipit bozukluğu, hiperlipidemi veya hiperkolesterolmidir.
- LDL Kolesterol yüksekliği (kötü) kolesterol kalp hastalığı, inme ve başka problemler oluşma olasılığını artırabilir.

'Kötü' Kolesterol, veya 'LDL' (Düşük Yoğunluklu Lipit)

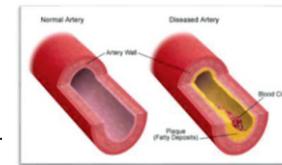
Kolesterol plakları damarların tikanmasına neden olur.

- Bu yağ plakları bulundukları yerden koparak ince damarların tikanmasına sebep olur.
- Bu iki durumda kalp krizine (miyokart enfarktüsü) veya inmeye yol açabilir.

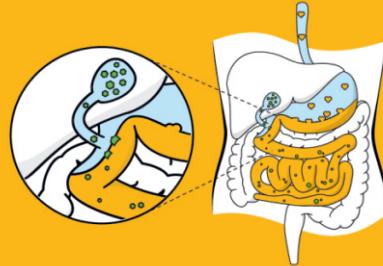
'İyi' Kolesterol, veya 'HDL'

(yüksek yoğunluklu lipit)

kolesterol damar duvarlarından fazla LDL kolesterolü temizleyerek kalp hastalığı riskini azaltıyor gibi görülmektedir.



Yüksek Kolesterol'de Etki Mekanizması



Betaglucare'de yer alan kaliteli beta-glukan mideye ulaştığında, çözülür ve yoğun bir jel oluşturur.

- Bu jel ince bağırsakta safra asidine bağlanır ve sonra doğal yollarla vücuttan atılır.
- Jele bağlandığında, safra asidi yeniden emilmez ve dolayısıyla karaciğer kandaki LDL kolesterolünden yeni safra asidi üretmek zorunda kalır.
- LDL (kötü) kolesterol seviyelerinin azalmasını sağlar.

Kalp Hastalığı Risk Faktörleri:

İki Tip Risk Faktörü Vardır:

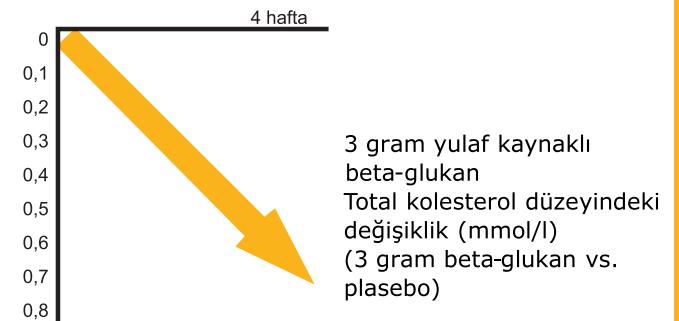
Değiştiremedikleriniz ve değiştirebilecekleriniz. Neyse ki kalp hastalığı risk faktörlerinin çoğu değiştirilebilir.

Değiştiremeyeceğiniz Risk Faktörleri:

- Yaş – 45 Yaş veya Üstü Erkek. 55 Yaş ve Üstü Kadın.
- Erken Kalp Hastalığı ile İlgili Aile Geçmişinde, Baba, Anne ve Kardeşler de Kalp ve Damar Hastalıklarının Varlığı.

Değiştirebileceğiniz Risk Faktörleri:

- Sigara kullanımı
- Yüksek kan basıncı
- Kanda yüksek kolesterol
- Aşırı kilo/obezite
- Fiziksiz hareketsizlik
- Diyabet



	Total Kolesterol	LDL Kolesterol	HDL Kolesterol
Normal	< 200 mg/dl	<130 mg/dl	> 40 mg/dl
Sınırdı yüksek	200-240 mg/dl	130-159 mg/dl	
Yüksek	>240 mg/dl	>160 mg/dl	>16 mg/dl



U.S. National Library of Medicine, Coronary Artery Disease / American heart association, American Association of Clinical Endocrinologists' guidelines for management of dyslipidemia and prevention of atherosclerosis. 2000 Mar-Apr (revised 2012 Mar-Apr). NGC:009162, Diabetes Research Institute Foundation, American Diabetes Association.



Diyabet ile ilgili Gerçekler

Diyabet; kan glukoz (şeker) seviyelerinin yüksek seyretmesi ile karakterize bir hastalıktır.

- İnsülin kan glukozunun hücreler tarafından emilmesini sağlayan bir hormondur.
- İnsülin hücrelerimize enerji sağlamak için "anahtar" görevi görür.
- İnsülin yokluğu, azlığı veya kullanılamaması şeklinde özetlenebilir.
- Genel olarak, Tip 1 ve Tip 2 olarak ikiye ayrılır.

Tip 1 Diyabet, pankreasın yeterli insülin üretmemesi, ya da varolanın yeterli olmamasıdır.
• İnsülin olmadan hücreye enerji (glikoz) gitmez.
• O nedenle şeker kanda yükselir.
• Hasta birçok geri dönüşümsüz komplikasyona açık hale gelir,
İnsüline bağımlı diyabet olarak adlandırılır.

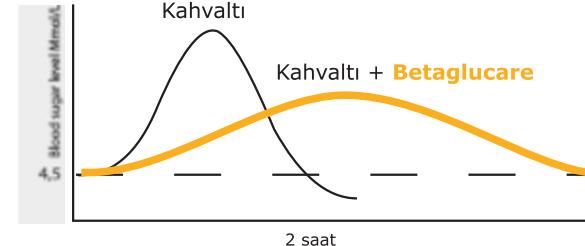
Tip 2 Diyabet en çok görülen diyabet şeklidir (İnsanların % 85-90'u).
• Hücreler insüline dirençli hale geldiğinde,
• Pankreas yeterince insülin üretmediğinde,
İnsüline bağımlı olmayan diyabet olarak adlandırılır.

Açık Kan Şekeri (mg/dL)	75 g glukoz yüklemesinden 2 saat sonraki kan şekeri (mg/dL)		
	<140	140 - <200	≥200
<110	NORMAL	BOZULMUŞ ACILIK GLUKOZU	
≥110 - <126	BOZULMUŞ ACILIK GLUKOZU	BOZULMUŞ GLUKOZ TOLERANSI	DİYABET
<126			
≥126			

Diyabet Hastalığı Belirtileri;

- Ağız kuruluğu, çok susama, sık idrara çıkma,
- Yemek yeme arzusunda artış,
- El ve ayaklarda uyuşma, karıncalanma üşüme veya ateş yapabilir,
- Zor iyileşen yaralar
- Yorgunluk, halsizlik, uykusuzluk hissi
- Sık enfeksiyon geçirme ihtimalinin yükselmesi,
Bu şikayetler mevcutsa; hastalığınız **kontrol altında değildir**.

Kan Glukoz Eğrisi



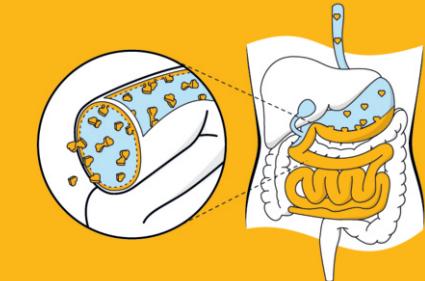
Diyabet Hastalığın Sonuçları Arasında;

- Körlük
- Daha yüksek kalp krizi ve inme riski,
- Kötü kan dolasımı nedeniyle uzuvlarının amputasyonu
- Komplikasyonlardan kaynaklanan ilgili ruhsal sağlık sorunlarıdır.

Modern zamanlardaki durağan yaşam tarzının ve artan obezite insidansının doğrudan bir sonucudur.

Aşırı kilo, hareketsiz ve düzensiz beslenme diyabete adaylığı arttırır.

Kan Glukoz Kontrol Etki Mekanizması



Betaglucare; Yemeklerden önce veya yemeklerle birlikte bağırsak duvarlarını bu kalın jel ile kaplayarak gıdalardaki karbonhidratların vücuttan emilimini azaltır.

Kan şekeri eğrisi güvenli şekilde stabil kalır.

Yemek sonrası ani kan glukoz yükselişlerinin önüne geçilerek muhtemel riskler azaltılır.