

Gebbruiksaanwijzing

MannaFit D-mannose poeder (50 gram)

• Ingrediënten: 100% d-mannose poeder

1. Dosering

Intensieve kuur (5+ dagen):

- Als u direct behoefte heeft aan d-mannose, dan wordt aangeraden om een volle theelepel van het poeder te nemen, opgelost in een half glas water of thee.
- Neem na een uur nog een volle theelepel d-mannose, en daarna elke 2 à 3 uur nog eens.
- Neem op dag 2 en 3 om de drie uur een theelepel d-mannose.
- Verminder op dag 4 eventueel de dosis en neem om de zes uur een theelepel product.
- Ga de daaropvolgende dagen door met 1 à 2 theelepels product per dag totdat het zakje met 50 gram d-mannose op is. 50 gram is genoeg voor ongeveer 30 theelepels product.

Onderhoudskuur (2-3 weken):

- We adviseren 1 à 2 theelepels poeder per dag in te nemen met wat vloeistof. Bijvoorbeeld 's ochtend voor het ontbijt en/of 's avonds voor het slapengaan.
- Afhankelijk van de individuele behoefte kunt u voor en ook direct na seksuele activiteit een theelepel product nemen.

Kinderen:

- Voor jonge kinderen kan gewerkt worden met halve doseringen.
- Volg de aanwijzingen hierboven op en stem de hoeveelheden product en vloeistof af op het lichaamsgewicht en/of leeftijd van het kind.

2. Hoe innemen en bewaren

- Neem het product in met een half glaasje vloeistof (circa 25 cc), zoals water of thee (liever geen koffie of alcohol). Zo bereikt u de beste concentratie van d-mannose in de urine.
- Probeer vlak voor en na inname van d-mannose niet direct te eten of te drinken, maar wacht even een half uurtje. Als u dit niet doet, verdunt de concentratie van de d-mannose teveel, en vermindert de werking.
- Zorg ervoor dat u wel genoeg drinkt per dag, zeker ook tijdens warm weer en intensief sporten. Dit is goed voor de blaas.

- Droog, afgesloten en bij kamertemperatuur bewaren.

3. Gebruik bij zwangerschap, borstvoeding en medicijngebruik

- D-mannose is een in de normale voeding voorkomende nutriënt waarvan bij gebruik volgens de aangegeven dosering geen nadelige bijwerkingen te verwachten zijn. In geval van zwangerschap, borstvoeding of medicijngebruik raden we u aan dit product in overleg met uw (huis)arts te gebruiken.

4. Veelgestelde vragen

Wat is d-mannose?

- D-mannose is een natuurlijke vorm van suiker die in kleine hoeveelheden in vruchten en planten voorkomt zoals cranberries, mais en ananas. Bovendien maakt je lichaam zelf ook een klein beetje d-mannose aan. Ons product bestaat geheel uit pure d-mannose van de hoogste kwaliteit, verkregen uit natuurlijke materialen.

Wat zijn de bijwerkingen van d-mannose?

- D-mannose is een in de normale voeding voorkomende nutriënt waarvan bij gebruik volgens de aangegeven dosering geen nadelige bijwerkingen te verwachten zijn. Het doodt geen goede darmbacteriën, dit in tegenstelling tot het gebruik van andere middelen.

Hoe snel werkt d-mannose?

- Het pure d-mannose poeder wordt direct na inname door het bovenste gedeelte van het maag-darmkanaal geabsorbeerd. De werking is snel en doorgaans zijn de klachten na 24 uur gebruik van d-mannose al afgenomen. Continueer de intensieve kuur voor minstens 5 dagen en neem als er na een aantal dagen geen verbetering van de klachten optreedt, contact op met de arts.

Wat is beter, cranberry of d-mannose?

- Cranberries (veenbessen) bevatten slechts een zeer kleine hoeveelheid d-mannose, dus pure d-mannose is veel geconcentreerder. Hierdoor is de werking van d-mannose vele malen krachtiger en effectiever dan cranberries.

Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn.