

Psyllium Hulls Combination

375 mg, Bulk herb, Stock No. 1375-6

Thanks to Dr. Denis Burkitt, a dedicated missionary surgeon in Africa, an exposition of awareness of the need for fibre began more than thirty years ago. Dr. Burkitt set about to find why certain diseases were epidemic in the industrialized world, yet were extremely rare in Africa. The answer was fibre, and fibre is found only in plants, the staple of the people living on the African continent.

Did you know?

There are two types of fibre: insoluble and soluble. The insoluble fibre, which does not absorb water, works like a broom in the large intestine to promote regularity. Soluble fibre, which absorbs many times its own weight in water, binds with fat and cholesterol in the intestinal tract. This excess fat is then carried out of the gastrointestinal tract as waste, rather than being re-absorbed.

NSP Advantage

375 mg. Bulk-forming laxative.

Ingredients: psyllium (*Plantago ovata*) seed hulls, hibiscus (*Hibiscus sabdariffa*) flowers, and licorice (*Glycyrrhiza glabra*) root.

The Psyllium Hulls Combination formulation has 70% soluble fiber and 30% insoluble fiber. Also contains a trace amount of naturally-occurring zinc.

Recommendation: For adults - mix one teaspoonful (3g) in a glass (250 mL) of water or juice, 1 to 3 times daily. For children 6 years and over - 1/4 teaspoonful (0.75 g) in 1/2 glass (125 mL) of water or juice at bedtime. Psyllium Hulls and Psyllium Seeds are available in capsulated form.

Features & Benefits

- Absorbs water and toxins.
- Gives bulk to the stools to facilitate elimination.
- Helps treat constipation and diarrhea.
- Binds to fat to eliminate it from the body.

Combinaison d'Enveloppes de Psyllium

375 mg, Herbe en vrac, No de stock 1375-6

Grâce au docteur Denis Burkitt, un dévoué chirurgien missionnaire en Afrique, une soudaine prise de conscience du besoin de fibres alimentaires a eu lieu il y a plus de trente ans. Le docteur Burkitt a entrepris de découvrir pourquoi certaines maladies épidémiques dans le monde industrialisé étaient cependant extrêmement rares en Afrique. La réponse fut les fibres, et on retrouve des fibres dans les plantes, les aliments de base des personnes habitant le continent africain.

Saviez-vous que?

Il y a deux types de fibres: non solubles et solubles. Les fibres non solubles, qui ne se dissolvent pas dans l'eau, fonctionnent comme un balai dans le gros intestin pour favoriser la régularité. Les fibres solubles, qui se dissolvent dans l'eau et absorbent plusieurs fois leur propre poids dans l'eau, se lient aux gras et au cholestérol dans l'appareil intestinal. L'excédent de gras est alors transporté hors de l'appareil gastro-intestinal comme déchet, plutôt que d'être ré-absorbé.

Avantages NSP

375 mg. Laxatif mucilagineux.

Ingrédients: Enveloppes de la graine de psyllium (*Plantago ovata*), fleur d'hibiscus (*Hibiscus sabdariffa*) et racine de réglisse (*Glycyrrhiza glabra*).

Combinaison d'enveloppes de psyllium contient 70% de fibres solubles et 30% de fibres non solubles. Elle contient aussi de petites quantités de zinc présent naturellement.

Mode d'emploi: Adultes: mélanger une cuiller à thé (3g) dans un verre (250 mL) d'eau ou de jus, 1 à 3 fois par jour. Enfants de 6 ans et plus: 1/4 cuiller à thé (0,75 g) dans 1/2 verre (125 mL) d'eau ou de jus au coucher.

Enveloppes de psyllium et Graines de psyllium sont aussi disponibles individuellement sous la forme de capsules.

Caractéristiques et Bienfaits

- Absorbe l'eau et les toxines.
- Donne du volume aux selles pour faciliter l'élimination.
- Aide à soigner la constipation et la diarrhée.
- Se lie au gras pour l'éliminer du corps.