



TRANSIT INTESTINAL

Zoom sur la formule

30 comprimés
Régulateur du transit
Confort digestif
Équilibre de la flore intestinale

POUR 4 COMPRIMÉS PAR JOUR

PLANTES

Guimauve (poudre de racine) <i>Althaea officinalis</i>	800 mg	
Romarin (extrait de feuille) <i>Rosmarinus officinalis</i>	320 mg	960 mg**
Marjolaine (extrait de feuille) <i>Origanum majorana</i>	320 mg	1280 mg**
Artichaut (poudre de feuille) <i>Cynara scolymus</i>	200 mg	

VITAMINES

Vitamine B2 (riboflavine)	2,8 mg	200%*
Vitamine B3 (nicotinamide)	32 mg	200%*
Vitamine B8 (biotine)	120 µg	240%*

PROBIOTIQUES

<i>Lactobacillus acidophilus</i>	0,4 milliard UFC***
<i>Lactobacillus rhamnosus</i>	0,4 milliard UFC***
<i>Bifidobacterium bifidum</i>	0,4 milliard UFC***

*AR : Apports de Référence **Équivalent plante sèche ***UFC : Unité Formant Colonie

ACL 6331639
EAN 3760162130461



PRÉCAUTIONS D'EMPLOI



Déconseillé aux femmes enceintes, allaitantes et aux enfants de moins de 12 ans

• Déconseillé en cas de troubles biliaires ou gastro-intestinaux.

POSOLOGIE

Prendre 2 à 4 comprimés par jour avec un grand verre d'eau.

- Il est recommandé de commencer par 2 comprimés par jour et de boire beaucoup durant toute la période de prise.
- Ce complément alimentaire s'utilise sur de courtes périodes et ne doit pas être utilisé de manière prolongée.
- Ne pas dépasser la dose journalière conseillée.

QU'EST-CE QU'UN COMPLÉMENT ALIMENTAIRE ?

Les compléments alimentaires se situent **entre l'aliment et le médicament**. Si, à l'inverse de l'aliment, il n'a pas vocation à nourrir, il n'a pas non plus, à l'instar du médicament, vocation à soigner. En fonction de leur composition, leur rôle peut être **nutritionnel** ou **physiologique**.

On distingue trois axes d'action :

- combler les **déficiences alimentaires**
- éliminer ou atténuer les **inconforts du quotidien**
- prévenir et maintenir en **bonne santé**.

Ainsi, le complément alimentaire a un rôle de bien-être et de mieux-être. Parce que, comme le dit l'OMS, "**la santé ne consiste pas seulement en une absence de maladie**".

RÉGLEMENTATION

Les compléments alimentaires sont aujourd'hui soumis à un **cadre réglementaire exigeant**. Les indications d'un produit sont encadrées par ce que l'on appelle des **allégations** dont plusieurs textes listent précisément les **ingrédients**, les **conditions** et **précautions** d'emploi ainsi que les **dosages** autorisés.

Source : *L'essentiel des compléments alimentaires* par SYNADIET

Différents axes dans la prise en charge de la constipation

La constipation est le résultat d'un **transit ralenti**, entraînant une **absorption intestinale trop importante de l'eau présente dans les selles**. Celles-ci deviennent plus sèches, plus dures et difficiles à évacuer.







On parle de **constipation** lorsqu'il y a **moins de trois selles par semaine**. Elle s'accompagne de symptômes assez typiques tels que les **crampes abdominales**, les **ballonnements** et des **douleurs** lors de l'évacuation des selles.

Ces troubles s'accompagnent souvent d'un **déséquilibre de la flore intestinale**.

Elle peut être **occasionnelle** (à la suite d'un voyage, d'un changement d'habitude alimentaire ou de mode de vie) ou **chronique** (lorsque les symptômes persistent depuis plus de 6 mois).

Elle peut être causée ou aggravée par une **alimentation** trop pauvre en fibres, le manque d'**hydratation** ou une **activité physique** insuffisante.

La prise en charge de la constipation peut revêtir **différents aspects** :

Plantes laxatives par effet de lest	 Psyllium	 Guimauve
Plantes cholérétiques (ou amphocholérétiques) et cholagogues (agissent par stimulation de la libération de bile au niveau de la vésicule biliaire)	 Radis noir	 Artichaut
Plantes à anthraquinones (effet laxatif plus drastique, on parle alors de laxatifs stimulants)	 Bourdaine	 Rhubarbe

Comprendre la formule DAYANG

Le produit Transit intestinal DAYANG est un complément alimentaire à base de plantes, vitamines et probiotiques. Parmi les plantes, DAYANG a fait le choix d'associer la guimauve, le romarin, la marjolaine et l'artichaut.

GUIMAUVE

Allégation ID 3722 : la guimauve soutient et entretient un transit régulier.
Conditions pour alléguer : apporter l'équivalent de 0,5 g de racine par jour.

Allégation ID 3722 : la guimauve aide à maintenir un confort digestif optimal.
Conditions pour alléguer : apporter l'équivalent de 0,5 g de racine par jour.

Allégation ID 3722 : la guimauve favorise la santé gastro-intestinale et maintient les fonctions intestinales.
Conditions pour alléguer : apporter l'équivalent de 0,5 g de racine par jour.

VITAMINES B2 ET B3

Allégation article 13.1 : les vitamines B2 et B3 contribuent au maintien de muqueuses normales.
Conditions pour alléguer : apporter 0,21 mg de vitamine B2 par jour et apporter 2,4 mg de vitamine B3 par jour.

PROBIOTIQUES

(*Bifidobacterium bifidum*, *Lactobacillus acidophilus* et *Lactobacillus rhamnosus*)

Allégation article 13.1 : les probiotiques contribuent à l'équilibre de la flore intestinale.
Conditions pour alléguer : apporter un minimum de 10^7 à 10^9 cellules vivantes d'une souche par jour.

LE + DAYANG

DAYANG a choisi de compléter sa formule avec du **ROMARIN**, de la **MARJOLAINE**, de l'**ARTICHAUT** et de la **VITAMINE B8**. *Dans ces conditions, la réglementation ne permet pas d'alléguer sur ces ingrédients.*

Compléter le conseil

CONSEILS ASSOCIÉS

- Ne pas oublier de s'hydrater. Penser à l'infusion BIO Transit DAYANG.
- Une fois la constipation passée, penser à une cure de L-Glutamine 2 000 mg DAYANG et de probiotiques D-biote DAYANG.
- Si les troubles sont trop fréquents, penser à réaliser une détox (ampoules Artichaut / Radis noir BIO et Dépuratif BIO DAYANG).

RÈGLES HYGIÉNO-DIÉTÉTIQUES

En cas de constipation, il est primordial de revoir quelques principes de **règles hygiéno-diététiques** : favoriser les fibres dans l'alimentation, penser à s'hydrater convenablement et pratiquer une activité physique régulière.

De nombreux **aliments** sont riches en fibres. Les principales sources sont les suivantes :

