

Borsmentaolaj Kapszula



Az emésztőrendszeri panaszok legfőbb okai közé tartozik a bélflóra egyensúlyának felborulása, a baktériumok vékonybélben való felszaporodása, a bélnyálkahártya gyulladása, az alacsony gyomorsav termelés és a belek mozgását biztosító simaizomzat görcsös, rendellenes mozgása. A tünetek közé pedig a következők tartoznak: Hasmenés, szorulás, puffadás, túlzott gázképződés, étkezés utáni hányinger, reflux (savas felböfögés), gyomorégés, fekély.

A belekig megfelelő dózisban eljuttatott borsmentaolaj a felsorolt okokat egyszerre segíti megszüntetni a tünetekkel együtt, ahogy azt hamarosan láthatjuk. Azonban a borsmentaolajat a belekig eljuttatni nem kis kihívás, különösen, ha azt természetes módon, káros mesterséges segéd- és bevonóanyagok alkalmazása nélkül szeretnénk megvalósítani.

A következő megoldást láttuk a legmegfelelőbbnek:

A molekuláris gasztronómia csínjai közül elesett módszerrel a borsmentaolajat egy olyan ún. tápiókamaltodextrin segítségével porítunk, melyet természetes módon (enzimek segítségével), kémiai átalakítás nélkül nyertünk tápiókakeményítóből. Ezután ún. mikrokristályos cellulózzal keverjük, ami az ijesztő neve ellenére nem más, mint apróra őrölt növényi cellulóz, azaz rost. Majd végül egy természetes, savnak ellenálló bevonattal ellátott növényi kapszulába töltjük, hogy a savas gyomorban késleltetve, vagy egyáltalán ne oldódjon. A kapszulának így van ideje eljutni a vékonybélbe, ahol feloldódva, az említett tápiókába „zárt” borsmentaolaj kiszabadul, míg a nem emészthető cellulóz rostok segítik a hatékonyabb továbbhaladását, hogy megfelelően, végig az egész bélrendszeren keresztül ki tudja fejteni a borsmentaolaj hatását.

A bélben oldódó, gyomorsavnak ellenálló kapszulákba töltött borsmentaolaj hatásosságát számos humán-klinikai kutatás támasztja alá, melyek a következő betegségekre találták hatásosnak:

SIBO (Small Intestine Bacterial Overgrowth)

A vékonybél baktériumainak túlszaporodása, ami nagyon gyakori és szinte minden bélrendszeri betegségnek oka vagy következménye. A bélben oldódó borsmentaolaj SIBO elleni hatása egyedülálló. Hatását antibakteriális és biofilm-réteg bontó hatásának is köszönheti, ami által a bélflóra egyensúlyát segít helyreállítani.

A SIBO tünetei a következők:

- Hasmenés és szorulás
- Puffadás és túlzott gázképződés
- Étkezés utáni hányinger
- Reflux és gyomorégés

Irritabilis Bél Szindróma (IBS) – Az IBS egy bélgörcsökkel, fájdalommal, hasmenéssel és/vagy székrekedéssel járó állapot. A bélbe jutó borsmenta önmagában, egyéb kezelés nélkül is rendkívül hatásosan enyhíti vagy akár meg is szünteti a tüneteket.

Közel tucatnyi kutatás igazolja ezt a hatását. A SIBO és IBS gyakran együtt jár és elképzelhető, hogy az IBS oka sok esetben maga a SIBO. Így a borsmenta IBS-re gyakorolt hatása sem meglepő.

Szabó Gál Bence

Forrásirodalom

1. Logan et al: The Treatment of Small Intestinal Bacterial Overgrowth With Enteric-Coated Peppermint Oil: A Case Report. *Alternative Medicine Review* Volume 7, Number 5 2002
2. Capello et al: Peppermint oil (Mintoil®) in the treatment of irritable bowel syndrome: A prospective double blind placebo-controlled randomized trial. *Digestive and Liver Disease* 39 (2007) 530-536
3. Budzyńska et al: Antibiofilm activity of selected plant essential oils and their major components. *Pol J Microbiol.* 2011;60(1):35-41.
4. Sandasi et al: The in vitro antibiofilm activity of selected culinary herbs and medicinal plants against *Listeria monocytogenes*. *Lett Appl Microbiol.* 2010 Jan;50(1):30-5.
5. Hawrelak et al: Essential Oils in the Treatment of Intestinal Dysbiosis: A Preliminary in vitro Study. *Altern Med Rev* 2009;14(4):380-384
6. Khanna R, MacDonald JK, Levesque BG. Peppermint oil for the treatment of irritable bowel syndrome: a systematic review and meta-analysis. *J Clin Gastroenterol.* 2014 Jul;48(6):505-12.
7. Thompson A, Meah D, Ahmed N, Conniff-Jenkins R, Chileshe E, Phillips CO, Claypole TC, Forman DW, Row PE. Comparison of the antibacterial activity of essential oils and extracts of medicinal and culinary herbs to investigate potential new treatments for irritable bowel syndrome. *BMC Complement Altern Med.* 2013 Nov 28;13:338.