

Bakteria baik cegah cirit-birit

Yakult bermanfaat dalam usus untuk cegah sembelit

H.M 9/2/09 M/s 7

KAJIAN mendapati kehadiran bakteria baik dalam usus dapat menyeimbangi keadaan sekali gus membantu mengurangkan masalah sembelit atau cirit-birit.

Namun, banyak faktor lain seperti tekanan akibat kerja seharian serta peningkatan usia yang boleh menyebabkan pengurangan bakteria baik dan mendedahkan seseorang kepada masalah berkenaan.

Justeru, pengeluaran produk probiotik, Yakult menggalakkan masyarakat menikmati minuman susu kultur setiap hari untuk membantu menjaga kesihatan.

Pengurus Perhubungan Awam dan Sainsnya, Mazlyn Mena, berkata bagi mengatasi masalah kesihatan seperti sembelit atau cirit-birit, masyarakat digalakkan mengambil

minuman susu kultur diperkaya dengan bakteria baik bagi meningkatkan kandungan bakteria bermanfaat itu dalam usus.

Menurutnya, ramai yang tidak mengetahui kepentingan bakteria baik itu kerana selain membantu mencegah sembelit dan cirit-birit, ia dapat meningkatkan sistem pertahanan badan.

Kata Mazlyn, separuh daripada sistem imun badan manusia sebenarnya terletak pada usus. Untuk itu, amat penting bagi kita menjaganya dengan baik menerusi pengambilan makanan atau minuman yang dapat meningkatkan kehadiran bakteria baik.

Amalan minum Yakult setiap hari membawa pelbagai faedah kesihatan dan terbukti melalui kajian bersama



BERKHASIAT...minuman susu kultur yang mengandungi bakteria baik.

antara Institut Penyelidikan Mikrobiologi Sentral Yakult dengan universiti dan hospital terkemuka dunia.

“Ada kira-kira 75 peratus bakteria baik dalam usus dan 25 peratus bakteria tidak baik. Tetapi dalam keadaan tertentu, jumlahnya boleh berkurangan, justeru pengambilan makanan atau minuman yang dapat membantu meningkatkan jumlah bakteria baik amat digalakkan.

“Setiap botol Yakult mengandungi bilangan bakteria asid laktik berfaedah “strain Shirota” yang tinggi, iaitu lebih 30 bilion dan membantu menambahkan bekalan bakteria sihat dalam usus kita.

“Susu kultur Yakult yang kini diminum oleh 26 juta orang di 32 buah negara di seluruh dunia setiap hari, berasaskan kajian selama lebih 70 tahun. Ia berjaya dihasilkan pengasas Yakult, Dr Minoru Shirota berdasarkan kepercayaannya kepada konsep pencegahan penyakit, selain yakin usus yang sihat membawa kepada hidup sihat dan panjang umur,” katanya.

Dalam pada itu, minuman susu kultur versi asal, Yakult Ace sudah berada di pasaran sejak 2004 lagi. Terbaru, jena- ma terkenal itu tampil dengan minuman susu kultur versi kurang gula Yakult Ace Light.

Produk baru itu sesuai untuk mereka yang menga-

malkan diet rendah karbohidrat dan untuk mereka yang inginkan minuman probiotik dengan rasa kurang manis.

Minuman berkenaan boleh didapati dalam perasa semula jadi dan dimuatkan dalam botol 80 mililiter. Yakult Ace Light mengandungi hanya 46 kalori dan 7.6 gram gula dalam setiap botol, kira-kira 50 peratus kurang gula berbanding Yakult Ace asal.

Ia dijual dalam pek lima botol di pasar raya dan pasar raya besar utama di seluruh Semenanjung Malaysia. Harga runcit yang dicadangkan adalah RM4.50 untuk setiap pek lima botol.

Produk berkenaan juga boleh didapati melalui khidmat penghantaran ke rumah Yakult, yang terhad kepada sesetengah kawasan saja di Lembah Klang dan wilayah tengah Semenanjung Malaysia.

Antara kebaikan minuman susu kultur:

- Menggalakkan pertumbuhan bakteria baik dan menyekat pertumbuhan bakteria berbahaya dalam usus.
- Mengurangkan penghasilan bahan toksin dalam badan
- Membantu mengelakkan sembelit dan cirit-birit
- Membantu meningkatkan sistem imun badan untuk melawan jangkitan dan pertumbuhan sel kanser.