

<b>Produktinformationen</b>	<b>Vivatlac Synbiotikum (10 magensaftresistente Kapseln)</b>		
Datum	01.09.2025		
Dateiname	PZN 17195433 Vivatlac Synbiotikum 10 MRK Vivatrex 2025 09 01 LMIV.doc		
PZN	17195433		
Produktbezeichnung	Vivatlac Synbiotikum (Nahrungsergänzungsmittel)		
Hersteller	Vivatrex GmbH Empeler Str. 118 46459 Rees Deutschland		
Verzeichnis der Zutaten	Füllstoff – Maisstärke, Füllstoff – vorgelierte Maisstärke, Trägerstoff - Hydroxypropylmethylcellulose E464, Nährstoff – Fructooligosaccharid (FOS), <i>Lactobacillus helveticus SP27</i> , <i>Bifidobacterium longum BI-05</i> , <i>Lactiplantibacillus plantarum Lp-115</i> , <i>Lacticaseibacillus casei Lc-11</i> , Überzugsmittel – Gellan E418, <i>Lactococcus lactis LI-23</i> , <i>Lacticaseibacillus rhamnosus Lr-32</i> , Trennmittel - Magnesiumsalze von Speisefettsäuren E470b, Überzugsmittel – Schellack E904, <i>Bifidobacterium bifidum Bb-02</i> , <i>Streptococcus thermophilus St-21</i> , Stabilisator – L- Ascorbinsäure E300, <i>Bifidobacterium longum ES1</i> , Trägerstoff – Alginsäure E400, Trägerstoff – Triethylcitrat E1505, Verdickungsmittel – Johannisbrotkernmehl E410, Überzugsmittel – Olivenöl.		
Zutaten, die Allergien oder Unverträglichkeiten auslösen können (gem. Anhang II <i>Lebensmittelinformationsverordnung EU (VO) 1169/2011</i> )	Keine. Insbesondere enthält Vivatlac Synbiotikum keine Milchbestandteile und ist laktose- und glutenfrei.		
Nährwertdeklaration (gem. <i>Lebensmittelinformationsverordnung EU (VO) 1169/2011</i> )	Durchschnittliche Nährwertangabe	Pro 100 g	Pro 1 Kapsel tägliche Verzehr-empfehlung
	Brennwert	1570 kJ/370 kcal	6,7 kJ/1,58 kcal
	Fett	0,8 g	0,003 g
	- davon gesättigte Fettsäuren	0,5 g	0,002 g
	Kohlenhydrate	85 g	0,364 g
	- davon Zucker	1,9 g	0,008 g
	Ballaststoffe	4,3 g	0,018 g
	Eiweiß	3,6 g	0,015 g
Salz	0,28 g	0,001 g	

Zutaten mit ernährungs-spezifischer oder physiologischer Wirkung	Zutaten	Inhalt 1 Kapsel tägliche Verzehr-empfehlung
	Fructooligosaccharid (FOS)	63 mg
	Lebende gefriergetrocknete Bakterien von 9 ausgewählten Bakterienstämmen	4,5 Milliarden vermehrungsfähige Bakterien (4,5 x 10 <sup>9</sup> KBE*)
	<i>Lactococcus lactis</i> LI-23	9,00 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Lactobacillus helveticus</i> SP27	9,00 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Bifidobacterium longum</i> BI-05	6,75 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Bifidobacterium longum</i> ES1	4,50 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Lacticaseibacillus rhamnosus</i> Lr-32	4,50 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Streptococcus thermophilus</i> St-21	4,50 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Lacticaseibacillus casei</i> Lc-11	2,25 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Lactiplantibacillus plantarum</i> Lp-115	2,25 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	<i>Bifidobacterium bifidum</i> Bb-02	2,25 x 10 <sup>8</sup> KBE*
	*KBE = Kolonien bildende Einheiten	
Nettofüllmenge	4,28 g (10 magensaftresistente Kapseln, jeweils 0,428 g)	
Empfohlene maximale tägliche Verzehrmenge	1 magensaftresistente Kapsel	
Allgemeine Warnhinweise	<p><b>Vivatlac Synbiotikum</b> darf nicht eingenommen werden, wenn eine Überempfindlichkeit (Allergie) gegenüber einem der in <b>Vivatlac Synbiotikum</b> enthaltenen Stoffe (siehe Zutaten) besteht.</p> <p>Die empfohlene tägliche Verzehrmenge (<b>1 Kapsel</b>) darf nicht überschritten werden.</p> <p><b>Vivatlac Synbiotikum</b> kann nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise dienen.</p> <p><b>Vivatlac Synbiotikum</b> unterhalb von 25° C an einem trockenen Ort, für Kinder unzugänglich aufbewahren. Vor Licht schützen.</p>	
Spezielle Warnhinweise	Keine	
Informationen zur Kapsel	<p>Zur Herstellung von <b>Vivatlac Synbiotikum</b> werden Kapseln aus Hydroxypropylmethylcellulose verwendet, die frei von Gelatine sind.</p> <p>Magensaftresistente Kapseln dürfen vor der Einnahme nicht geöffnet werden, da sonst der Schutz der Bakterien verlorenght.</p>	

Einnahmeempfehlung	<p><b>Vivatlac Synbiotikum</b> wird oral eingenommen, eine Kapsel pro Tag.</p> <p>Es wird empfohlen <b>Vivatlac Synbiotikum</b> vor dem Schlafengehen einzunehmen.</p> <p>Bei der begleitenden Anwendung mit einem Antibiotikum sollten die Einnahme von <b>Vivatlac Synbiotikum</b> und des Antibiotikums gleichzeitig begonnen werden. <b>Vivatlac Synbiotikum</b> mit einem zeitlichen Abstand von etwa 2 Stunden zum Antibiotikum einnehmen. <b>Vivatlac Synbiotikum</b> nach dem Ende der Antibiotikatherapie einige Tage weiter einnehmen.</p> <p>Zur begleitenden Einnahme auf Reisen sollte mit der Einnahme von <b>Vivatlac Synbiotikum</b> schon 1-2 Tage vor der Anreise begonnen werden. Es empfiehlt sich den gesamten Inhalt einer Packung (reicht für 10 Tage) einzunehmen.</p> <p><b>Vivatlac Synbiotikum</b> kann sicher über längere Zeiträume eingenommen werden.</p>
--------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## Wissenschaftliche Publikationen zu Vivatlac Synbiotikum

- Sommermeyer H, Chmielowiec K, Bernatek M, Olszewski P, Kopczynski J, Piątek J. Results from a Cross-Sectional Observational Study Examining Irritable Bowel Syndrome Patients Six Months After Finishing Their Participation in the ViIBS Trial. *Nutrients*. **2024** Nov 15;16(22):3911. <https://doi.org/10.3390/nu16223911>
- Sommermeyer H.; Chmielowiec K.; Bernatek M.; Olszewski P.; Kopczynski J.; Piątek, J. Effectiveness of a Balanced Nine-Strain Synbiotic in Primary-Care Irritable Bowel Syndrome Patients—A Multi-Center, Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled Trial. *Nutrients*. **2024**, 16, 1503. <https://doi.org/10.3390/nu16101503>
- Bernatek M., Grzemska M., Piątek J., Sommermeyer H. Probiotics and Synbiotics: The Consumer Perspective. *Journal of Health Studies and Medicine*. **2023**; 10: 153–173. DOI: 10.2478/jhsm-2023-0010
- Bernatek M., Piątek J., Wojtyła-Blicharska K., Sommermeyer H. Pre-Incubation of Probiotics Before Intake: A Reasonable Recommendation? *Journal of Health Studies and Medicine*. **2023**; 7: 107–115. <http://doi/10.2478/jhsm-2023-0007>
- Bernatek M., Sommermeyer H., Pituch H., Wultańska D., Kopczyński, Z., Piątek J. Clindamycin-resistant *Clostridioides difficile*: A challenge in dentistry. *Journal of Health Inequalities*. **2022**; 8(1): 82-88. <https://doi.org/10.5114/jhi.2022.117343>
- Piątek J, Bernatek M, Maciukajc J, Sommermeyer H. Breaking the Cycle of Recurrent *Clostridioides difficile* Infections: Can Probiotic Bacteria Contribute? *Ann Clin Case Rep*. **2021**; 2(6): 1046. <https://www.remedypublications.com/annals-of-clinical-medicine-and-research-abstract.php?aid=8164>
- Sommermeyer H., Pituch H.M., Wultanska D., Wojtyla-Buciora P., Piątek, J., Bernatek M. Inhibition of Quinolone-and Multi-Drug-Resistant *Clostridioides Difficile* Strains by Multi Strain Synbiotics—An Option for Diarrhea Management in Nursing Facilities. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. **2021**; 18: 5871. <https://www.mdpi.com/1660-4601/18/11/5871>
- Sommermeyer H., Bernatek M., Lipski A, Maciukajc P, Piątek J. Can Treatment of COVID-19 Patients with Broad-Spectrum Antibiotics Unleash Multi-Drug Resistant Bacterial Pathogens? *Ann Clin Case Rep*. **2021**; 6: 1935. <http://www.anncaserep.com/open-access/can-treatment-of-covid-19-patients-with-broad-spectrum-antibiotics-unleash-multi-drug-6803.pdf>
- Piątek J, Bernatek M, Ciechelska-Rybarczyk A, Oleskow B, Sommermeyer H. Inhibition of Carbapenem-Resistant NDM-1 *Klebsiella pneumoniae* isolated from a Hospital Outbreak Patient by a Synbiotic: A Non-antibiotic Treatment Option. *International Journal of Medical Research & Health Sciences* **2019**; 8(9): 12-20 <https://www.ijmrhs.com/medical-research/inhibition-of-carbapenemresistant-ndm1-klebsiella-pneumoniae-isolated-from-a-hospital-outbreak-patient-by-a-synbiotic-a-.pdf>
- Piątek J, Sommermeyer H, Bernatek M, Ciechelska-Rybarczyk A, Oleskow B, Mikkelsen LS, Barken KB. Persistent infection by *Salmonella enterica* serovar Typhimurium: are synbiotics a therapeutic option? - A case report. *Beneficial Microbes*. **2018**; 10(2): 211-17 <https://www.wageningenacademic.com/doi/abs/10.3920/BM2018.0080>
- Piątek J, Gibas-Dorna M. The kinetics of bacterial growth in selected pro- and synbiotics – recommendations for family practitioners. *Family Medicine & Primary Care Review*. **2012**; 14(4): 566–572.

- Piątek J, Gibas-Dorna M, Olejnik A, Krauss H, Wierzbicki K, Żukiewicz-Sobczak W, Głowacki M. The viability and intestinal epithelial cell adhesion of probiotic strain combination - in vitro study. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*. **2012**;19(1): 99-102.