



Februari 2009

## Activia - probiotisk yoghurt för en bättre matsmältning

Det är vetenskapligt belagt att Activia – en probiotisk yoghurt – hjälper mot matsmältningsbesvär. En ny SIFO-undersökning visar att 12 procent av kvinnorna har problem med problem så som uppblåsthet, uppkördhet och gaser i samband med trög mage. För att göra något åt sina bekymmer äter 20 procent av de tillfrågade mer fil och yoghurt, 10 procent använder någon typ av probiotika.

– Trots att det finns många vetenskapliga undersökningar som visar att Activia hjälper mot matsmältningsbesvär så har inte budskapet nått fram till alla, framförallt inte till yngre kvinnor, säger Frida Keane, dietist vid Danone i Sverige.

Probiotika används i varierande grad för besvär med magen:

- 2 procent av kvinnor 15 - 29 år.
- 16 procent av kvinnor 30 - 49 år.
- 14 procent av kvinnor 50 - 64 år.

Totalt finns 16 vetenskapliga studier publicerade där den probiotiska bakterien i Activia har använts. Resultaten visar att en eller flera portioner Activia per dag ökar rörelserna i tarmen och hjälper mot besvär så som uppblåsthet, uppkördhet, gaser och trög mage, framförallt för dem som har problem.

### Magen ett kvinnligt problem

Undersökningen från SIFO utfördes i Sverige under november månad i år. 1000 personer från 15 år och uppåt svarade på frågor om magproblem. Uppblåsthet, uppkördhet, gaser och trög mage är vanligt i alla åldergrupper och framförallt hos kvinnor.

- 11 procent av kvinnorna 15 - 29 år uppgav att de hade problem
- 15 procent av kvinnorna 30 - 49 år hade problem.
- 12 procent av kvinnorna 50 - 64 år hade problem.

– Min erfarenhet är också att kvinnor har mer problem med förstoppning, i alla fall är det fler kvinnor som söker för besvären, säger Rickard Ekesbo, distriktsläkare och chef för vårdcentralen i Dalby.

### Activia - probiotisk yoghurt

I början av februari 2009 lanseras Activia i Sverige. Activia är en probiotisk yoghurt som innehåller mjölsyrabakterien Acti Regularis® från bifidusfamiljen. Den har valts ut av forskare eftersom den har en god effekt på magar med matsmältningsbesvär. En förpackning innehåller 10 miljoner nyttiga bakterier.

Activia finns i smakerna jordgubb, blåbär, skogsbär, cerealier och hallon light & fit och säljs i portionsbägare om 125 g.

### Pris i butik

En förpackning med två bägare kostar ca 11.90 kronor.

**Bilder** kan laddas ned från [www.bildwebb.se/danone](http://www.bildwebb.se/danone)

**Kontakt** Frida Keane dietist, tel: 0709/ 81 69 99

*The Danone Group är ett franskt företag och ett av världens största livsmedelsföretag. Danone är ledande inom tre produktgrupper; mejeri, buteljerat vatten och barnmat. De största varumärkena är Danone och Evian. Danone finns i Sverige sedan 1998 och står bakom märken som Actimel, Activia och Danonino. Mer information om Activia finns på [www.activia.se](http://www.activia.se)*