

Material Safety Data Sheet

KOMBUCHA ORGANIC SHOT 330 ML

printing date: 10.12.2013

1. Identification of the substance/preparation and of the company/undertaking

Trade name:

Kombucha organic shot 330 ml

Usage:

Optimal bruk: 3-4 shots daglig (à 5-10 ml) sammen med vann. Start forsiktig med 5 ml om dagen, øke de neste dagene. Dersom du opplever magesmerter eller svak hodepine (se eget punkt) i starten, kan du ta 5 ml (evt. dele på 2 måltider) sammen med et glass vann etter hovedmåltidet. Deretter øker du gradvis.

Ikke ta shotten rett før du skal legge deg da den virker oppkvikkende.

- 1) Ved trening: Ta 5 ml sammen med et glass vann i midten av treningsøkten (når melkesyren melder seg), ta 5 ml sammen med et glass vann rett etter treningen. Dette øker energi og utholdenhet, samt letter restitusjonen etter trening fordi den hjelper kroppen med å kvitte seg med dårlig DL-melkesyre.
- 2) Detoxing: Det spiller ingen rolle når du tar shotten i løpet av dagen, men du bør etter noen dager være oppe i maks dosering (3-4 shots à 10 ml). I denne perioden bør du unngå koffein, alkohol, nikotin. Når kroppen er rensed for giftstoffer, kan drikken jobbe videre med kroppen og forebygge sykdom. Da kan du også gå ned i dose (vedlikeholdsdose 4x5ml eller 2x10ml dgl.)
- 3) Ved slanking, candida, halsbrann, for å øke immunforsvaret, normalisere pH-verdien: 10 ml sammen med et glass vann rett før måltidene. Dette demper sult- og søtbehovet, samt øker tarmens utnyttelse av maten og øker forbrenningen.
- 4) Ved matintoleranse, allergier og generelle tarmproblemer: 10 ml etter måltidene eller hovedmåltidet.
- 5) Ved vannfaste: fordel 20-40 ml sammen med vann, gjerne ved sultfølelse da den demper både sult og søtfølelse.
- 6) I mat: 1-2 sp.skjeer sammen med olivenolje og evt. litt salt/krydder. Ha dette i salaten.
- 7) Ved generelle helseplager og smerter: Start forsiktig med 5 ml sammen med et glass vann til hovedmåltidene. Øk mengden i løpet av den neste uken.
- 8) Hudrens: Ta litt Kombucha organic shot på en bomullspad – påfør ansikt og hals. Dersom du bruker sminke (pudder, foundation etc.) kan dette fjernes først, gå så over med padden. Avslutt med hudpleie (olje eller krem)
- 9) Ved problemer/betennelse etc. i munnhulen: gurgle 10 ml, men svelg etterpå. Skyll ned med ekstra vann siden shotten har lav pH.

Company name:

Urte-haven AS

Longamyrveien 7

5415 Stord

Phone: +47 98 62 96 12

Fax:

2. Composition / information on ingredients

General chemical description:

Urter som er fermentert, virker både kraftigere og hurtigere og kan derfor gi en nokså øyeblikkelig virkning. Fermentering er en prosess der urter, blader, stilker, spirer og røtter blir lagt sammen med en spesiell bakteriekultur som omformer materialet til virksomme enzymer som lett kan tas opp av kroppen. Prosessen foregår i flere steg, til sammen 30 dager tar det før den er klar. Drikken inneholder probiotika som naturlig tar hånd om alle dårlige bakterier i kroppen uten å skade de gode. Fermentering er en symbiotisk kombinasjon av gode bakterier og gjær.

Flasken bør stå i kjøleskapet. Dersom flasken står lenge i romtemperatur, kan drikken danne en tynn hinne på overflaten, denne er lett å få tak i og kan fjernes. Dette forringes imidlertid ikke drikken.

Sammenliknet med div. tilskudd man ofte tar ved hard trening etc., regnes ikke denne drikken som et direkte tilskudd der man kan måle mengden vitaminer, mineraler, proteiner etc. Den hjelper kroppen til selv å jobbe effektivt mht. fordøyelse, opptak, utskillelse, regulering av pH-verdien og økt immunforsvar. Derfor kan den positive effekten være svært forskjellig fra person til person, alt etter hvor svaktene i kroppen ligger.

MULIGE FORBIGÅENDE «BIVIRKNINGER»:

Forbigående mild hodepine og magesmerter (healing crisis) er mulige bivirkninger når man starter med Kombucha shot. Dette kommer ikke av allergi, men kroppens arbeid med å kvitte seg med toxinene i kroppen. Kroppen skal kvitte seg med avfallsstoffer, normalisere pH-verdien og starte oppbyggingen ved hjelp av enzymer og kulturer.

Når du starter med Kombucha, kan du også oppleve en forbigående «oppblomstring» av kroppens svakheter – f.eks. akne, eksem, smerter spesielle steder på kroppen osv. Kroppen husker sine svakheter, og når disse blir trigget og sporene skal slettes, kan det forekomme milde bivirkninger.

3. Hazards identification

Special hazards for man and environment:

ingen

4. First aid measures

After skin contact:

ingen

After eye contact:

Væsken er ufarlig å få i øynene, men kan svi og gi noe rødhet pga. lav pH. Skyll i såfall rikelig med lunket vann.

After ingestion:

Produktet bør tas sammen med vann – gjerne rikelig med vann (1 shot til 1 glass vann) slik at effekten blir maksimal.

5. Fire-fighting measures

Suitable extinguishing media:

-

Special protection equipment for fire-fighters:

-

Special hazards by the product itself:

Ingen helsefarlige ingredienser

Urte-haven AS

Material Safety Data Sheet

Page 3 of 5

KOMBUCHA ORGANIC SHOT 330 ML

printing date: 10.12.2013

6. Accidental release measures

Personal precautions:

Ikke nødvendig

Environmental precautions:

Process for cleaning and take-up:

Vaskes lett av med vann, inneholder ikke fettstoffer

7. Handling and storage

Handling:

Flasken bør oppbevares kjølig – gjerne i kjøleskapet. Når den først er åpnet/tatt i bruk, er holdbarheten 5 mnd.
Uåpnet 12-14 mnd.

Storage:

Ved lengre lagring (f.eks. i butikk/institusjon/bedrift eller lager): kjølig, kjølelager, kjøleskap
Ved lengre lagring: helst mørkt, ikke i direkte sol/sollys og sterk varme

8. Exposure controls / personal protection

Hand protection:

ingen

Eye protection:

ingen

9. Physical and chemical properties

Designation

Delivery state:

Odor:

Color(s):

pH-value

Value

Flytende væske

“syrlig” smak av
bringebær/appelsin

rød/gul

2,3-3,5

10. Stability and reactivity

Conditions to avoid:

-

Materials to avoid:

-

Dangerous decomposition products:

ingen

11. Toxicological information

General toxicological information:

Acute oral toxicity:

-

Skin irritation:

-

Eye irritation:

-

12. Ecological information

General ecological information:

Økologisk andel i produktet er 95-100%

13. Disposal considerations

Product disposal:

-

14. Transport information

General information:

Ved transport bør ikke produktet stå over længre tid i stekende sol. Må ikke fryses

15. Regulatory information

Symbols of danger:

ingen

R-phrases:

ingen

S-phrases:

ingen

Further information:

Under dette punkt kommer INCI-listen

- **INCI-LISTE:** Ilex paraguariensis (Yerba mate), Aspalathus linearis (Rooibos), Camellia sinensis (grønn

Urte-haven AS

Material Safety Data Sheet

Page 5 of 5

KOMBUCHA ORGANIC SHOT 330 ML

printing date: 10.12.2013

- te), Cyclopia intermedia (honeybush), trace of organic raw sugar
- i detox: tillegg av ingefær og appelsin
- i energy: tillegg av rødbeter og bringebær

Fermenteringsprosessen framkaller B og D-vitaminer, aminosyrer, antioksidanter, enzymer og ca. 10 000 positive mikroorganismer pr. kubikkcm. drikk.