

## **MITÄ ON UMMETUS?**

Ummetus on erittäin yleinen vaiva, josta suurin osa ihmisistä kärsii jossain elämänsä vaiheessa. Monilla ongelma on toistuva. Mitkä ovat ummetuksen syyt ja oireet ja miten ruoansulatuselimistö toimii?

---

## **HYÖDYLLISIÄ UMMETUKSEN HOITOKEINOJA**

Ummetuksen ehkäisemiseksi voit joutua tekemään muutoksia elämäntavoissasi. Syömis-, juomis- ja liikuntatottumukset ovat oleellisia, mutta voit tehdä enemmänkin.

---

## **OSTA MOXALOlea JO TÄNÄÄN!**

Moxalolea voi ostaa apteekeista ilman reseptiä.

---

## **TESTI**

---

