

Vitamine C ascorbatenpoeder - 250gr

Vitamine C ascorbatenpoeder - 250gr

BON0954

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/vitamine-c-ascorbatenpoeder-250-gram>

De mens is een van de weinige zoogdieren die geen vitamine C kan aanmaken. Dit maakt ons volledig afhankelijk van voeding om voldoende vitamine C binnen te krijgen. Met het Bonusan Vitamine C ascorbatenpoeder is de inname van grotere hoeveelheden vitamine C eenvoudig over de dag te spreiden, wat de opname van vitamine C optimaliseert.

Beschrijving

De mens is een van de weinige zoogdieren die geen vitamine C kan aanmaken. Dit maakt ons volledig afhankelijk van voeding om voldoende vitamine C binnen te krijgen. Met het Bonusan Vitamine C ascorbatenpoeder is de inname van grotere hoeveelheden vitamine C eenvoudig over de dag te spreiden, wat de opname van vitamine C optimaliseert.

Bevat uitsluitend de goed verdraagbare en ontzuurde vorm van vitamine C

Waarom vitamine C ascorbaten?

Vitamine C is verreweg de bekendste vitamine. Drie eeuwen geleden ontdekten zeevaarders dat het eten van citrusvruchten en verse groente scheurbuik kon voorkomen. Het duurde nog jaren voordat men de werkzame stof – ascorbinezuur – definieerde en isoleerde. Vitamine C bestaat in twee vormen, een zure (in onze voeding voorkomende en meest gangbare vitamine C) ascorbinezuur en de daarvan afgeleide zoute variant, ascorbaat.

Een ascorbatencomplex heeft als grote voordeel dat deze variant milder is voor tanden en maag. Deze vitamine C-vorm ontstaat door ascorbinezuur te binden aan mineralen. Dit wordt ook wel de gebufferde of ontzuurde vorm van vitamine C genoemd.

De mens is een van de weinige zoogdieren die zelf geen vitamine C kan aanmaken. Hierdoor zijn we afhankelijk van vitamine C uit onze voeding, met name fruit en groente. Soms is het lastig om hiervan voldoende te eten of heeft het lichaam behoefte aan extra vitamine C. Dan kan het goed zijn om deze ruim onderzochte vitamine aan te vullen.

Vitamine C heeft een bewezen positief effect op veel plekken en in veel processen in ons lichaam. Het draagt bij aan de normale werking van het immuunsysteem en vult de antioxidanten in het lichaam aan. Vitamine C helpt om energie vrij te maken uit vet, koolhydraten en eiwitten.

Daarnaast is het goed voor het zenuwstelsel en draagt het bij aan leerprestaties, een heldere geest, geestelijke veerkracht en is goed voor het geheugen en het concentratievermogen. Ook is het goed voor de gemoedstoestand en draagt het bij aan de vermindering van vermoeidheid.

Wat niet veel mensen weten is dat vitamine C ook bijdraagt tot de normale collageenvorming voor de normale werking van de bloedvaten, de botten, het kraakbeen, de huid, de tanden en het tandvlees.

De voordelen van Bonusan Vitamine C ascorbatenpoeder

Bonusan Vitamine C ascorbatenpoeder is een fijn, goed oplosbaar poeder en wordt geleverd met een handig klein maatschepje. Dit Vitamine C ascorbatenpoeder is bij uitstek geschikt om hoog te doseren. Het aantal inname-momenten kan dankzij de poedervorm makkelijk over de dag worden verdeeld, wat de opname van vitamine C in het lichaam bevordert.

Een maatschepje oplossen in een glas water levert ruim 750 mg vitamine C. Ons advies is om dat twee tot acht keer per dag te herhalen, afhankelijk van waarvoor de vitamine C aanvulling nodig is. Als reguliere aanvulling op de voeding gelden over het algemeen lagere

doseringen dan als onderdeel van een breder behandelplan.

Bonusan Vitamine C ascorbatenpoeder bevat gebufferde vitamine C in vier verschillende vormen, te weten gebonden aan de mineralen calcium, magnesium, kalium en zink. De mineraalascorbaten zijn in de verhouding zoals ze van nature voorkomen in het lichaam, zo blijven we dicht bij de lichaamseigen mineraalbalans. Door deze binding levert het poeder ook een kleine hoeveelheid aan mineralen. Naast de gezondheidsvoordelen die vitamine C heeft, zijn er van de mineralen ook een aantal gezondheidsvoordelen bekend. Zo weten we dat calcium (vanaf 4 schepjes poeder per dag) bijdraagt tot een normale bloedstolling en we het nodig hebben voor de instandhouding van normale botten en tanden. Calcium speelt verder een rol in het proces van celdeling en -differentiatie en draagt bij tot een normale werking van spieren.

Magnesium draagt (vanaf 3 schepjes poeder per dag) bij aan de vermindering van vermoeidheid en helpt energie vrij te maken uit vet, koolhydraten en eiwitten. Net als Vitamine C draagt magnesium bij aan leerprestaties, concentratie, een heldere geest en geestelijke veerkracht.

Tot slot is zink, net als vitamine C, een antioxidant die helpt lichaamscellen te beschermen tegen invloeden van buitenaf. Daarnaast ondersteunen zink en vitamine C beiden het immuunsysteem en dragen ze bij aan de instandhouding van sterke botten.

Hoge kwaliteit dankzij ontzuurde vorm van vitamine C

We gebruiken voor Bonusan Vitamine C ascorbatenpoeder alleen vitamine C ascorbaten van zink, kalium, calcium en magnesium. Deze ontzuurde vorm van vitamine C is vrij van ascorbinezuur en daardoor vriendelijker voor maag en gebit dan de in supplementen veelvoorkomende vorm ascorbinezuur.

Het is altijd een uitdaging om een supplement in poedervorm te ontwikkelen dat goed oplosbaar is en een vriendelijke smaak heeft, zonder daarvoor ongewenste ingrediënten te gebruiken. We zijn daarom trots op de gebruiksvriendelijkheid van ons vitamine C ascorbatenpoeder. De subtiele citrussmaak halen we uit natuurlijke aroma's van sinaasappel en citroen. Er zijn geen synthetische kleur-, geur- en smaakstoffen gebruikt en dit product bevat ook geen suikers of zoetstoffen.

Geschikt voor aanvullen van dagelijkse dosis vitamine C

Bonusan Vitamine C ascorbatenpoeder is een waardevol product in het Bonusan assortiment, naast de [vitamine C tabletten](#). Deze poedervorm biedt uitkomst wanneer we hogere doseringen van vitamine C op efficiënte wijze over de dag willen verdelen. Daarnaast is het prettig voor mensen die niet van het slikken van tabletten houden.

Dit product is geschikt voor een brede doelgroep, voor dagelijkse aanvulling, tijdelijk gebruik bij verhoogde behoefte of als onderdeel van een behandelplan. Omdat het vitamine C ascorbatenpoeder geen dierlijke substanties bevat kan het ook gebruikt worden door personen met een vegetarisch of veganistisch voedingspatroon.

Vitamine C zorgt mede voor een goede weerstand. Het draagt bij aan het behoud van een sterke weerstand tijdens en na fysieke en lichamelijke inspanning en training- of sportprestatie.

Vitamine C is gunstig voor soepele en elastische aderen, goed voor het skelet, voor het behoud van een gezonde huid, bij futloosheid, voor geestelijke energie, goed voor het zenuwstelsel, voor het behoud van gezonde cellen en weefsels.

Aanbevolen gebruik

Dagelijks 2 tot 8 maal 1 maatlepel oplossen in water of vruchtensap. Een afgestreken maatlepel is ongeveer 1 gram. Het is belangrijk de vitamine-C-inname zo veel mogelijk over de dag te spreiden om een evenwichtige opname te bereiken. Een maatlepel is bijgesloten. Indien de inname van vitamine C de behoefte overschrijdt, blijft het overtollige vitamine C in de dikke darm en wordt dus niet opgenomen. Vitamine C trekt hier water aan en veroorzaakt zo (osmotische) diarree ('bowel tolerance'). Wanneer de dosering verlaagd wordt, verdwijnt dit verschijnsel.

Bewaaradvies

Droog en bij kamertemperatuur bewaren. Buiten bereik van kinderen bewaren.

Waarschuwing

Samenstelling

Samenstelling per 2 afgestreken maatlepels á 1 gram (totaal 2 gram) :
(dagdosering)

Vitamine C (als calcium-, magnesium-, kalium- en zinkascorbaat)	1549.00	mg
Calcium (als calciumascorbaat)	75.00	mg
Magnesium (als magnesiumascorbaat)	50.00	mg
Kalium (als kaliumascorbaat)	34.00	mg
Zink (als zinkascorbaat)	4.90	mg

Ingredienten

Magnesiumascorbaat, calciumascorbaat, kaliumascorbaat, sinaasappelaroma, citroenzuur, antiklontermiddel (siliciumdioxide), zinkascorbaat, citroenaroma.

* RI = Referentie-inname

Categorie:	Vitamine C
Ingrediënt:	Calcium, Kalium, Magnesium, Vitamine C, Zink
Vorm:	Poeder
Vrij van:	Conserveringsmiddelen, Dierlijke substanties, Gluten, Lactose, Soja, Synthetische kleurstoffen, Synthetische smaakstoffen