

Griffonia simplicifolia - 60 caps

BON0834

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/griffonia-simplicifolia-60-caps>

Griffonia simplicifolia wordt ook wel slaapmutsjeskruid genoemd, het is een West-Afrikaanse klimstruik waarvan de zaden 5-HTP bevatten. 5-HTP is de bouwsteen van serotonine wat weer kan worden omgezet in het hormoon melatonine.

Beschrijving

Griffonia simplicifolia wordt ook wel slaapmutsjeskruid genoemd, het is een West-Afrikaanse klimstruik waarvan de zaden 5-HTP bevatten. 5-HTP is de bouwsteen van serotonine wat weer kan worden omgezet in het hormoon melatonine.

Speelt een rol in het functioneren van de hersenen en zenuwen*

Waarom Griffonia Simplicifolia (5-HTP)?

Griffonia simplicifolia is een, als struik vermomd, kruid. De plant, die tot wel drie meter hoog kan worden, komt met name voor in de West-Afrikaanse landen Ghana, Ivoorkust en Togo. Lokaal gebruikt men verschillende delen van de plant. In het Westen zijn we voornamelijk vooral geïnteresseerd in de zaden, waaruit 5-hydroxytryptofaan (5-HTP) kan worden onttrokken. 5-HTP is de bouwsteen van serotonine wat weer kan worden omgezet in het hormoon melatonine. Griffonia simplicifolia wordt ook wel slaapmutsjeskruid genoemd.

Er zijn een aantal gezondheidseffecten bekend van Griffonia simplicifolia:

- Griffonia simplicifolia heeft een positieve invloed op de werking van het zenuwstelsel*
- Griffonia simplicifolia is goed voor de hersenfunctie*

In ons lichaam wordt de neurotransmitter serotonine aangemaakt. Serotonine is een essentiële neurotransmitter die betrokken is bij veel verschillende processen in ons lichaam, die worden gereguleerd door onze hersenen. Om deze neurotransmitter te produceren hebben we het aminozuur L-tryptofaan nodig. Dat krijgen we binnen via onze voeding, waaronder bananen, pompoenpitten, kip en kalkoen. Om van L-tryptofaan serotonine te maken, moet het eerst worden omgezet in 5-HTP. Door bepaalde omstandigheden kan deze transformatie moeizaam verlopen. Bijvoorbeeld door het ontbreken van belangrijke co-factoren, competitie met andere aminozuren, bepaalde ziektebeelden of hoge cortisolspiegels door stress. Al met al wordt gemiddeld slechts één procent van L-tryptofaan uit onze voeding omgezet in serotonine. Door direct 5-HTP in te nemen, in plaats van L-tryptofaan, omzeilen we deze, mogelijk trage en niet altijd succesvolle, stap in de serotoninevorming. 5-HTP passeert de bloed-hersenbarrière makkelijk en kan daardoor ook in de hersenen sneller worden omgezet in serotonine.

De voordelen van Bonusan Griffonia simplicifolia

Voor de Bonusan Griffonia simplicifolia maken we gebruik van gestandaardiseerde kruidenextracten. Dat wil zeggen dat er een gegarandeerde hoeveelheid van de werkzame plantbestanddelen in zit. Dit product bevat daarom gegarandeerd een hoge dosering 5-HTP per capsule. Elke capsule bevat 500 mg Griffonia simplicifolia extract, waarvan 15% 5-HTP. Dat betekent dat één capsule Bonusan Griffonia simplicifolia 75 mg 5-HTP levert. De Bonusan Griffonia simplicifolia capsules zijn geheel plantaardig en makkelijk slikbaar. De adviesdosering is dagelijks 1 tot 2 maal één capsule om bij voorkeur tijdens of vlak na de maaltijd in te nemen.

Geschied voor het in stand houden van een normale hersenfunctie*

Bonusan Griffonia simplicifolia speelt een rol in het functioneren van de hersenen* en kan daarom uitkomst bieden bij personen die behoefte hebben aan extra ondersteuning.

Raadpleeg voor gebruik van Griffonia simplicifolia een deskundige. Voorzichtigheid is geboden bij gebruik van medicatie. Gebruik Griffonia

simplicifolia niet in combinatie met medicijnen die de hersenstofwisseling beïnvloeden, zoals antidepressiva en kalmerende middelen. Vermijd gebruik tijdens zwangerschap en borstvoeding. Bonusan Griffonia simplicifolia is een natuurlijk extract in plantaardige capsules en is daarom geschikt voor vegetariërs en veganisten.

*Gezondheidsclaims zijn in afwachting van Europese toelating.

Aanbevolen gebruik

Dagelijks 1 tot 2 maal 1 capsule tijdens of vlak na de maaltijd innemen. De capsules hebben een karakteristieke geur. Sommige mensen kunnen lichte misselijkheid ervaren na het gebruik van Griffonia simplicifolia. Dit is een snel voorbijgaand verschijnsel en kan worden voorkomen door de dosering langzaam op te bouwen.

Bewaaradvies

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

Waarschuwing

Voorzichtigheid is geboden bij gebruik van medicatie die de beschikbaarheid van serotonine vergroot aangezien dit product de werking van deze geneesmiddelen kan versterken. Raadpleeg hiervoor een deskundige.

Samenstelling

Samenstelling per capsule :

(dagdosering)

Griffonia simplicifolia semen (gestandaardiseerd)	500.00	mg
---	--------	----

Ingredienten

Slaapmutsjeskruid (Griffonia simplicifolia extract), capsulewand (cellulose (HPMC)), vulstof (microkristallijne cellulose (cellulosegel)), antiklontermiddel (magnesiumstearaat).

* RI = Referentie-inname

Categorie:	Emotioneel welzijn
Ingrediënt:	Griffonia
Vorm:	Capsule
Vrij van:	Conserveringsmiddelen, Dierlijke substanties, Gluten, Lactose, Soja, Synthetische kleurstoffen, Synthetische smaakstoffen