

GSH Glutathion 100 - 60 caps

BON0863

GSH Glutathion 100 - 60 caps

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/gsh-glutathion-100-mg-60-caps>

Glutathion wordt in relatief hoge concentraties in alle lichaamscellen aangetroffen. GSH Glutathion is een hoog gedoseerd glutathion supplement van hoge kwaliteit.

Beschrijving

Glutathion wordt in relatief hoge concentraties in alle lichaamscellen aangetroffen. GSH Glutathion is een hoog gedoseerd glutathion supplement van hoge kwaliteit.

Hoge dosis van 100 mg glutathion per capsule

Waarom glutathion?

Glutathion is een lichaamseigen stof en komt in vrijwel alle lichaamscellen voor. Glutathion is een tripeptide en wordt opgebouwd uit de aminozuren cysteïne, glycine en glutaminezuur. De hoogste concentratie glutathion wordt gevonden in levercellen, in lichaamsbarrières (epitheelcellen) en slijmvliezen.

Glutathion waarden kunnen afnemen met de leeftijd (vooral na 45 jaar oud), door omgevingsstress (zoals vervuiling) of bij ziekte. Daarnaast hebben sommige mensen van nature een betere of minder goede aanmaak van glutathion door genetische variatie. Het aanvullen van glutathion kan daarom belangrijk zijn naast een gezond en gevarieerd voedingspatroon. L-glutathion komt in kleine hoeveelheden voor in onze voeding. Asperges, avocado en spinazie zijn rijke bronnen. Daarnaast bevatten knoflook, ui en broccoli bouwstenen van waaruit het lichaam L-glutathion kan aanmaken.

De voordelen van Bonusan GSH Glutathion 100 mg

Bij het suppleren van lage hoeveelheden glutathion per dag, kan (een groot deel van) het ingenomen glutathion door de proteases in de darm worden afgebroken. Bij doseringen van 100-200 mg via capsules treedt dit effect minder op en wordt al minimaal 60% van het glutathion opgenomen. Bonusan GSH Glutathion capsules bevatten daarom een hoge dosering van 100 mg. De capsules kunnen ook geopend worden. Het oplossen van de inhoud van één of meerdere capsules in een glas water helpt om de proteases te ontlopen. Het glutathion wordt dan deels al via het mondslijmvlies opgenomen, zo blijkt uit onderzoek.

In onze Bonusan GSH Glutathion 100 mg verwerken we gereduceerde L-glutathion. Gereduceerd L-glutathion is de biologisch actieve variant. Deze wordt minimaal afgebroken in de darm en kan goed worden opgenomen door het lichaam.

Geschikt voor het aanvullen van lichaamseigen glutathion

Bonusan GSH Glutathion capsules zijn vrij van dierlijke substanties, dus geschikt voor een veganistisch of vegetarisch voedingspatroon. De capsules mogen geopend worden om op te lossen in water. Voor de lichaamseigen synthese van glutathion zijn magnesium en ATP nodig en is cysteïne de limiterende bouwsteen. Aanvullende suppletie met L-cysteïne of SAME ondersteunt de lichaamseigen aanmaak van glutathion.

Aanbevolen gebruik

Dagelijks 1 capsule tijdens of vlak na de maaltijd innemen. Bij gebruik van minder dan 100 mg glutathion per dag, bestaat er een gerede kans dat een te groot percentage glutathion door de proteases in de darm wordt afgebroken. Een manier om de proteases te ontlopen is door de inhoud van één of meerdere capsules op te lossen in water, goed te roeren en vervolgens op te drinken. Uit onderzoek blijkt dat direct contact van glutathion met het mondslijmvlies een gunstig effect heeft op de absorptie. Bij het op normale wijze innemen van de glutathioncapsules in doses van 100 mg tot 200 mg per dag, blijkt ook al meer dan 60% van het glutathion te worden geabsorbeerd. De verrassend grote biologische beschikbaarheid blijkt samen te hangen met de ontdekking van een specifiek opnamesysteem voor glutathion

in de darmwand. De snelheid van absorptie stijgt echter niet evenredig met de dosering. Bij hogere doseringen vermindert de efficiëntie van de absorptie. Bij slikproblemen mag de capsule geopend worden.

Bewaaradvies

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

Waarschuwing

Samenstelling

Samenstelling per capsule :
(dagdosering)

GSH (gereduceerd L-glutathion)	100.00	mg
--------------------------------	--------	----

Ingredienten

Vulstof (microkristallijne cellulose (cellulosegel)), gereduceerd L-glutathion, capsulewand (cellulose (HPMC)), antiklontermiddel (magnesiumstearaat).

* RI = Referentie-inname

Ingrediënt:

L-Glutathion

Vorm:

Capsule

Vrij van:

Conserveringsmiddelen, Dierlijke substanties, Gluten, Lactose, Soja, Synthetische kleurstoffen, Synthetische smaakstoffen