

Zink methionine - 90 caps

Zink methionine - 90 caps

Zink methionine - 90 caps

BON0803

Koop dit product op <https://www.nutri4all.nl/zinkmethionine-15-mg-90-caps>

Zink is een mineraal dat wordt aangetroffen in botten, spieren, lever, nieren en huid. Op ijzer na is zink het meest voorkomende element in het menselijk lichaam. Zink ondersteunt het immuunsysteem en levert een bijdrage in het wegvangen van vrije radicalen in (lichaams)cellen. Ook draagt zink bij tot een normale vruchtbaarheid en voortplanting.

Beschrijving

Zink is een mineraal dat wordt aangetroffen in botten, spieren, lever, nieren en huid. Op ijzer na is zink het meest voorkomende element in het menselijk lichaam. Zink ondersteunt het immuunsysteem en levert een bijdrage in het wegvangen van vrije radicalen in (lichaams)cellen. Ook draagt zink bij tot een normale vruchtbaarheid en voortplanting.

Bevat zinkmethionine, een goed onderzochte vorm van zink

Waarom zink?

Zink is veelzijdig. Het is een spoorelement: een mineraal dat het lichaam in kleine hoeveelheden nodig heeft, maar niet zelf kan aanmaken. Zink wordt aangetroffen in botten, spieren, lever, nieren en huid.

Zink heeft een antioxidatieve werking en heeft een brede rol in de ondersteuning van de gezondheid. Het is zowel van belang voor de algemene gezondheid, als in specifieke fases van ons leven, bijvoorbeeld de voorplantingsfase en voor mensen op leeftijd.

- Zink ondersteunt het immuunsysteem
- Zink speelt een rol in het celdelingsproces
- Zink draagt bij tot een normaal zuur-basemetabolisme.
- Zink is goed voor het gezichtsvermogen
- Zink speelt een belangrijke rol bij geestelijke inspanning en activiteit

Zink draagt bij aan een normale vruchtbaarheid van mannen en vrouwen. Zink is goed voor de kwaliteit van sperma en het draagt bij tot de instandhouding van normale testosterongehalten in het bloed.

Zink is een belangrijk spoorelement. Het komt voor in plantaardige en dierlijke voedingsmiddelen, maar niet in grote hoeveelheden. Met name oesters bevatten veel zink vergeleken met andere voedingsbronnen (1000 mg/kg). Andere bronnen rijk aan zink zijn lever (30-150 mg/kg), krab (30-80 mg/kg), rood vlees (15-25 mg/kg) en in mindere mate gevogelte en vis (4-8 mg/kg). Ook bonen, (pecan)noten, zaden (zoals pompoenpitten) en bepaalde soorten zeevruchten (zoals kreeft) bevatten zink. Groenten en fruit bevatten relatief weinig zink, waardoor bij een veganistisch of vegetarisch voedingspatroon mogelijk tekorten kunnen ontstaan. Tekorten kunnen ook optreden bij veel ziekten of regelmatig alcoholgebruik. Het kan zinvol zijn om zink met behulp van een supplement aan te vullen.

De voordelen van Bonusan Zinkmethionine 15 mg

Bonusan Zinkmethionine bevat 75 mg zinkmethionine per capsule, waarvan 20% elementair zink. Dat staat gelijk aan 15 mg zink dat het lichaam effectief kan gebruiken. Een dagdosering kan variëren van 1 tot 3 capsules, afhankelijk van waarvoor zink ingezet wordt. Uw gezondheidsprofessional kan mogelijk hogere doseringen adviseren. Zinkmethionine is een goed opneembare vorm van zink. Dat komt door de organische binding aan L-methionine, een aminozuur dat goed wordt opgenomen in ons lichaam. Bonusan Zinkmethionine 15 mg zit in kleine, makkelijk slikbare capsules.

Hoge kwaliteit dankzij L-Optizinc®

Bonusan Zinkmethionine 15 mg bevat 100% zinkmethionine van L-Optizinc®. Dit is een gepatenteerde grondstof waarbij zink is gebonden aan het aminozuur L-methionine. Het voordeel van deze binding is dat ons lichaam zink zo niet ziet als mineraal, maar als aminozuur. Hierdoor wordt de mineralencompetitie ontweken. Een ander voordeel is dat de opname van aminozuren, met name methionine, hoger is dan die van mineralen. Bonusan Zinkmethionine levert daardoor gegarandeerd 15 mg elementair zink per capsule.

Wat is mineralencompetitie?

De meeste mineralen worden via passief transport opgenomen. De ingenomen mineraalzouten splitsen dan in het maagzuur. Hierdoor ontstaan ionen, zoals bijvoorbeeld magnesiumionen (Mg^{2+}) of zinkionen (Zn^{2+}), die vervolgens via een passieve transporter in het maagdarmkanaal opgenomen kunnen worden. Mineralencompetitie betekent dat meerdere mineralen gebruikmaken van dezelfde transporters en daardoor elkaars opname belemmeren. Daarnaast zijn ionen ook kwetsbaar voor binding met (anti-)nutriënten in de maag die de opname remmen, zoals vezels, fosfaten, fytaaten en oxalaten. Bij een dergelijke binding zijn de ionen niet meer beschikbaar om opgenomen te worden in de darm.

Mineralen die aan aminozuren gebonden zijn (gecheleerd), zijn zeer sterke, covalente verbindingen die niet splitsen in maagzuur. De opname van deze metaal-aminozuurbindingen, zoals magnesiumbisglycinaat en zinkmethionine, wordt actief transport genoemd. In de darm zijn actieve transportmechanismen beschikbaar voor aminozuren. De opname vindt plaats in het duodenum en jejunum (eerste en tweede deel van de dunne darm) waarna de moleculen worden losgekoppeld en het losse mineraal zijn werking heeft. Mineraal-aminozuurchelaten zoals magnesiumbisglycinaat en zinkmethionine zijn daarom de best opneembare vormen.

Geschikt voor het ondersteunen van het immuunsysteem en een normale vruchtbaarheid

Er zijn veel mensen die gezondheidsvoordelen ervaren van zink. Het spoelement staat met name bekend om zijn bijdrage aan de normale werking van het immuunsysteem. Verder draagt zink bij aan:

- de instandhouding van een normale huid, normale nagels en normale botten
- een normaal metabolisme van macronutriënten, (koolhydraatmetabolisme, metabolisme van vetzuren en vitamine A)
- een normaal zuur-basemetabolisme
- de bescherming van cellen tegen oxidatieve schade

Specifiek voor ouderen kan zink nuttig zijn want het mineraal draagt bij tot de instandhouding van een normaal gezichtsvermogen en een normale cognitieve functie.

Ook voor personen met een kinderwens kan Bonusan Zinkmethionine uitkomst bieden. Zink draagt bij aan een normale vruchtbaarheid van mannen en vrouwen en is goed voor de kwaliteit van sperma. Daarnaast draagt zink bij tot de instandhouding van normale testosterongehalten in het bloed.

Bonusan Zinkmethionine 15 mg bevat geen dierlijke substanties en is daardoor geschikt voor vegetariërs en veganisten.

Aanbevolen gebruik

Dagelijks 1 tot 3 capsules tijdens of vlak na de maaltijd innemen.

Bewaaraadvies

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

Waarschuwing

Samenstelling

Samenstelling per capsule :
(dagdosering)

Zink (als zink-L-monomethionine)	15.00	mg
----------------------------------	-------	----

Ingrediënten

Vulstof (microkristallijne cellulose (cellulosegel)), zink-L-monomethionine, capsulewand (cellulose (HPMC)), antiklontermiddel (magnesiumstearaat).

* RI = Referentie-inname

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