

ACEROLA VITAMIN C

- Die Acerola Kirsche (*Malpighia glabra*) ist ein natürlicher Vitamin C-Lieferant und gute Alternative bei Unverträglichkeit auf Zitrusfrüchte
- Acerola-Pulver enthält aber nur 1,7 mg Vitamin C pro 100 g, Acerola-Extrakt enthält, je nach Stärke, 20 bis 25mal so viel und nur damit kann man den Tagesbedarf an Vitamin C decken
- Acerola Vitamin C hat gegenüber der Ascorbinsäure den Vorteil, dass das Vitamin C hier nicht isoliert vorliegt, sondern im natürlichen Verband mit anderen Vitaminen, Spurenelementen und sekundären Pflanzenstoffen
- Der natürliche Verband von Wirkstoffen erhöht die Verwertbarkeit des Vitamins, optimiert seine antioxidativen Eigenschaften durch gegenseitige Regeneration, steigert seine Wirkdauer und verbessert die Verträglichkeit

WIRKUNGEN

Kollagen:

- Baut zusammen mit den Aminosäuren Lysin und Threonin Kollagen auf
- Ist damit an der Regeneration von Bindegewebe, Gefäßen, Knochen, Zähnen, Zahnfleisch, Muskeln, Augen, Haut, Haaren, Nägeln usw. beteiligt

Immunsystem:

- Stärkt die zelluläre Immunabwehr, aktiviert Lymphozyten und Makrophagen, erhöht Immunglobuline

Antioxidans:

- Radikalfänger, entschärft unter anderem krebserregende Nitrosamine
- Gilt als Krebschutz

Entgiftung:

- Fördert die Ausscheidung von Medikamenten und Chemikalien

Allergien:

- Kontrolliert den Histaminabbau, lindert Histaminintoleranz und Allergien

Gefäße:

- Schützt Arterienwände, fördert den Abbau von Gefäßablagerungen
- Bildet die Voraussetzung für Cholesterin-Abbau durch Bildung von Gallensäuren
- Entlastet die Gefäßwand bei Bluthochdruck und senkt den Blutdruck

Diabetes:

- Senkt den Blutzuckerspiegel und den Insulinbedarf
- Schützt die Gefäße vor Gefäßschäden durch freie Radikale

Hormone:

- Für die Bildung von Sexualhormonen
- Für die Bildung von Schilddrüsenhormonen
- Für die Bildung von Nebennierenhormonen (vermehrt bei Stress)

Eisenverwertung:

- Trägt zur besseren Verwertung von Eisen im Körper bei

Aminosäuren:

- Ist beteiligt am Aufbau der Aminosäure Carnitin (etwa zum Abnehmen)

Nervenbotenstoffe:

- Ist beteiligt am Aufbau von Neurotransmittern wie z. B. Serotonin und Dopamin, die für Wohlbefinden und Antrieb notwendig sind

Blutbildung:

- Ist beteiligt an der Blutbildung

Verdauung:

- Wird für die Bildung von Gallensäuren benötigt

Wundheilung:

- Fördert die Wundheilung

VITAMIN C-MANGEL

- Leichter Vitamin C-Mangel schwächt das Immunsystem, führt zu Müdigkeit, Konzentrationsstörungen und verzögerter Wundheilung
- Schwerer Vitamin C-Mangel äußert sich in Bindegewebsschäden, Zahnfleischbluten und in Zahnausfall
- Vitamin C-Mangel kann ernährungsbedingt sein, der Bedarf ist erhöht bei Stress und durch Medikamente wie Antibiotika, Aspirin, Diuretika, Cortison und Östrogene
- Vitamin C kann bei Magnesiummangel nicht wirken

ZU BEACHTEN

- OPC aus Traubenkernextrakt oder Aronia erhöhen die Wirksamkeit von Vitamin C
- Eine Überdosierung ist praktisch nicht möglich, Nebenwirkungen sind nicht bekannt
- Bei Latexallergie Kreuzallergie mit Vitamin C möglich
- Schwangerschaft/Stillzeit: Erlaubt