

SOLGAR L-Lysin 500 mg 50 Kapseln



Preis: 13,90 €

Beschreibung im Wörterbuch

Einheitspreis	50 ct
Form	Kapseln
Inhalt	50 Kapseln
Kategorie	Nahrungsergänzungsmittel
Marke Hersteller	SOLGAR POLSKA SP. Z O.O.
Versand	in 24h

Produktbeschreibung

SOLGAR L-Lysin 500 mg 50 Kapseln

Lysin ist eine essentielle Aminosäure und muss mit der Nahrung aufgenommen werden, da der menschliche Körper sie nicht selbst herstellen kann. Sie ist in vielen Proteinen enthalten, die den Körper aufbauen und sein reibungsloses Funktionieren gewährleisten. Die Proteine werden in unserem Körper aus den richtigen Aminosäuren und der richtigen Reihenfolge dieser Aminosäuren gebildet. Diese Spezifität führt zu einer großen Vielfalt an Proteinen, ist aber auch für ihre Spezialisierung verantwortlich. Proteine sind an der Bildung von Eiweißhormonen beteiligt, bauen Zellen des Immunsystems auf, nehmen an enzymatischen Reaktionen teil, bauen Gewebe auf und wieder ab (z. B. Kollagenbildung).

Moderate körperliche Bewegung und eine ausgewogene Ernährung sorgen dafür, dass wir gesund bleiben. Zur Erhaltung der Gesundheit gehören auch wirksame Selbstverteidigungs- und Regenerationskräfte. All diese Mechanismen funktionieren über den Stoffwechsel und die Ernährung.

Der Körper ist in der Lage, spezielle Proteine mit Lysin zu bilden, wenn wir lysinreiche Lebensmittel zu uns nehmen. Folgende Lebensmittel sollten daher in den Speiseplan aufgenommen werden: Käse, Eier, Fisch, Bohnen (Limabohnen), Milch, Kartoffeln, rotes Fleisch, Sojaprodukte, Hefe, Huhn, Rind- und Lammfleisch. Eine Ernährung, die die richtige Menge an Aminosäuren enthält, kann dem Körper helfen, sich schneller von Sportverletzungen und Operationen zu erholen.

Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass Lysin die Kalziumabsorption im Darm erleichtern und gleichzeitig die Kalziumausscheidung über den Urin verringern kann.

Solgar bietet natürliche Aminosäuren pflanzlichen Ursprungs an. Die Aminosäuren in der Formel von Solgar liegen in "freier Form" vor, was bedeutet, dass sie leicht verdaulich sind und am effizientesten und verlustfrei direkt in den Blutkreislauf aufgenommen werden, ohne dass sie verdaut werden müssen.

Eigenschaften

- Das im Produkt enthaltene L-Lysin liegt in freier Form vor und wird durch bakterielle Fermentation von Glukose aus Mais

gewonnen.

- Lysin ist eine essentielle Aminosäure - der menschliche Körper kann sie nicht selbst herstellen und muss sie mit der Nahrung zugeführt bekommen.

Für wen

- Für Personen, die ihre Ernährung mit Lysin ergänzen wollen;
- Für ältere Menschen;
- Für Veganer.

Verzehrempfehlung

Erwachsene 1 bis 2 Kapseln täglich, vorzugsweise zwischen den Mahlzeiten mit Saft oder Wasser, oder nach Anweisung des Arztes.