



## Niacin plus

### Dieses Produkt gibt es in folgenden Verpackungsgrößen:

60 Kapseln (Art. Nr.: 034590051060)

180 Kapseln (Art. Nr.: 034590051180)

#### ■ Produkterläuterung:

Niacin ist der Sammelbegriff für Nicotinsäure und ihr Säureamid, das Nicotinamid. Beide Vitamere haben quantitativ und qualitativ die gleiche Wirkung, weil sie im Stoffwechsel ineinander überführt werden können. Nicotinamid ist Bestandteil von NAD<sup>+</sup> /NADH und NADP<sup>+</sup>/NADPH (Nicotinamid-Adenin-Dinucleotid-Phosphat), die als wasserstoffübertragende Coenzyme eine zentrale Rolle im Intermediärstoffwechsel einnehmen. Sie sind an zahlreichen Redoxreaktionen beim Auf- und Abbau von Kohlenhydraten, Proteinen und Fettsäuren beteiligt. Vit.B3 ist für die Blutzuckerregulierung, die Entgiftung von Xenobiotika (Cytochrom P 450-System) und für das antioxidative Schutzsystem (Glutathion GSH-Reduktase) von großer Bedeutung.

Die DGE empfiehlt für Erwachsene eine tägliche Niacinzufuhr von 13 bis 17 mg. Niacin kommt vor allem in tierischen Produkten vor, insbesondere in der Coenzym-form. Niacin aus solchen Produkten wird fast vollständig resorbiert. Der geringeren Gehalt an Niacin bei Pflanzen ist beispielsweise in Getreideprodukten komplex an Makromoleküle gebunden (Niacytin) und daher für den menschlichen Organismus schlecht verwertbar.

Ohne Niacin fehlt den 70 Billionen Körperzellen die Energie für die unzähligen, sekundlich stattfindenden Stoffwechsel-Reaktionen. Da Niacin für die Energieproduktion in den Zellen unersetzlich ist, verstoff-wechelt der Körper vorhandenes Tryptophan, um fehlendes Niacin herzustellen. Da Tryptophan aber eigentlich für die Produktion des Nervenreizstoffes Serotonin benötigt wird, führt so ein Niacindefizit indirekt zu einem Serotoninmangel, der Schlafstörungen, Konzentrationsschwäche, Angstgefühle und weitere psychische Erkrankungen verursacht.

Niacin fördert auch die Auflösung von Gefäßverschlüssen (Thromboembolien) und erweitert Blutgefäße - dies kommt z.B. Personen mit Kreislaufstörungen und Migräne zugute.

Wie zwischen vielen Vitaminen bestehen auch zwischen Niacin und den anderen B-Vitaminen synergistische und antagonistische Wechselwirkungen. Zur Optimierung einer Niacin - Nahrungsergänzung sollte deshalb stets ein Vitamin B - Komplex - Präparat zusätzlich eingenommen werden.

#### ■ Indikationen:

Pellagra, Migräne, häufige Kopfschmerzen, Müdigkeit, Depressionen, Angstzustände, Nervosität, Gedächtnisstörungen, Schwindel, Mènièrsche Krankheit, Lern- Schlafstörungen, Verwirrtheit, Hypercholesterinämie, Diabetes, Schizophrenie, Verdauungsstörungen, hoher Blutdruck, Durchfall, Sonnenlichtempfindlichkeit, Haut-veränderungen, Hauterkrankungen (Ekzeme, Erytheme, Rhagaden, Hyperkeratosen), Neuralgien, Neuropathien, Arthritis, Durchblutungsstörungen der Extremitäten, Nachbehandlung von Herzinfarkten, (Herzrhythmusstörungen), Suchttherapie, Mund- und Lippenentzündungen, Zungenentzündungen, Mundgeruch, Muskelschwäche.

#### ■ Dosierungsempfehlung:

1 - 2 Kapseln über den Tag verteilt zu den Mahlzeiten, bzw. nach Anweisung des Arztes.

#### ■ Inhaltsstoffe pro Kapsel:

Ascorbinsäure	125 mg
Calciumcitrat-Tetrahydrat	180 mg
Niacinamid	65 mg
Pyridoxinhydrochlorid	12 mg
Vitamin E-Acetat 50% (D-alpha-Tocopherylacetat)	100 mg