



Zink

mit Bioresorptionsmatrix

Zink ist ein essentielles Spurenelement, dass im Körper neben Eisen am häufigsten vorkommt.

Zink spielt eine wichtige Rolle für zahlreiche Körperfunktionen. Es ist wichtig für ein gut funktionierendes Immunsystem und ist für die richtige Funktion zahlreicher Hormone, wie z.B. den Schilddrüsenhormonen von entscheidender Bedeutung.

Es spielt außerdem eine wichtige Rolle im Kohlenhydrat- und Fettstoffwechsel.

Der Körper ist nicht in der Lage, **Zink** über einen längeren Zeitraum zu speichern. Es ist daher wichtig, auf eine ausreichende Zufuhr von **Zink** durch die tägliche Nahrungsaufnahme zu achten.

Der Tagesbedarf für **Zink** wird von der DGE mit ca. 15 mg angegeben. Dieser Wert kann sich jedoch zum Teil erheblich erhöhen, z.B.

- Bei Leistungssportlern
- Bei der Einnahme bestimmter Arzneimittel
- bei Einseitiger Ernährung, besonders bei Veganern
- nach einer schweren Krankheit

Ein Mangel an **Zink** kann zu Leistungsabfall, Antriebsschwäche, Depressionen, Konzentrationsstörungen und Wachstumsstörungen führen.

Zink Kapseln sollten nicht zu den Mahlzeiten eingenommen werden, da das Zink die Aufnahme andere Spurenelemente behindern kann.

Bei einer Nahrungsergänzung mit **Zink** ist besonders wichtig, in welcher Form



das **Zink** vorliegt, da die Bioverfügbarkeit der einzelnen Zinksalze erheblich schwankt. Eine niedrige Bioverfügbarkeit bedeutet, dass der Körper das zugeführte Zink nicht richtig verarbeiten kann.

Zink Kapseln enthalten Zink Citrat, welches sich durch eine besonders hohe Bioverfügbarkeit auszeichnet. Außerdem enthält jede Kapsel eine Bioresorptionsmatrix, bestehend aus Spirulina, Alfala und Papain.

Diese Kombination verbessert die Bioverfügbarkeit weiter.

Sie erhalten **Zink** in der Packungsgröße:

- **100 Kapseln pro Dose**

Inhalt

Zinkcitrat: 25 mg (166% RDA)
Vitamin B6: 4 mg (200% RDA)
F.O.S: 100 mg
Spirulina: 20 mg
Alfalfa: 20 mg
Papain: 20 mg

Verzehrempfehlung

1 Kapsel täglich zu den Mahlzeiten

Zutaten

Zinkcitrat, Fructo Oligo Saccharide, Gelatine, Spirulina, Alfalfa, Papain, Vitamin B6