

Was ist das Besondere an WHOLEFOOD METHYLFOLAT?

WHOLEFOOD METHYLFOLAT ist Folsäure in Form von 5-Methyltetrahydrofolat, welches auch in Lebensmitteln vorkommt. Es ist in Alfalfa-Konzentrat eingebunden. Durch die enthaltenen bioaktiven Eiweiße und Lebensmittelfaktoren kann der Körper WHOLEFOOD METHYLFOLAT wie Vollwertkost nutzen, und hat deshalb eine hohe biologische Verfügbarkeit.

Welche Nährstoffe enthält WHOLEFOOD METHYLFOLAT?

1 Kapsel enthält:

Folsäure
als (5-Methyltetrahydrofolat) 400 µg

Hilfsstoffe:

Vegetabile Kapselhülle:
Hydroxypropylmethylcellulose

Verzehrsempfehlung:

Täglich 1 Kapsel WHOLEFOOD METHYLFOLAT (400 µg)

WHOLEFOOD METHYLFOLAT ist frei von Weizen, Gluten, Hefe, Soja, Stärke, künstlichen Farb- und Aromastoffen, Laktose sowie Konservierungsmitteln.

Ohne Gentechnik.

Geeignet für Vegetarier, Veganer und candida-sensitive Personen.

WHOLEFOOD METHYLFOLAT unterstützt:

- Mutter und Kind in der Schwangerschaft
- Darm
- Leber
- Blut
- Nerven
- Haut
- Nägel
- Haare



Gesundheitsprodukte
Am Schulfang 5a, D-84172 Buch
Tel: 08709 - 900 4190, Fax 4189
eMail: info@fitsein.de
www.foodstate.de



METHYLFOLAT



Was ist NATUR VITAL METHYLFOLAT?

Methylfolat ist die biologisch aktive Form von Folsäure. Biologisch aktiv bedeutet, dass der Körper Methylfolat sofort verwerten kann, da keine weiteren Umwandlungsprozesse zu Folsäure innerhalb des Stoffwechsels nötig sind.

Was ist Folsäure?

Im Jahre 1941 isolierten amerikanische Wissenschaftler aus Spinatblättern eine Substanz, die das Wachstum von Zellen anregte. Man fand sie auch in anderen Gemüsesorten mit grünen Blättern und so erhielt die Folsäure ihren Namen von dem lateinischen Wort für Blatt: (folium).

Folsäure wird auch Vitamin B9 genannt, weil sie zum Komplex der B-Vitamine gehört. Folsäure wird hauptsächlich über die Nahrung aufgenommen und zu einem kleinen Teil auch von den Darmbakterien gebildet.

Warum brauchen wir Folsäure?

Folsäure wird immer gebraucht, wenn sich Zellen teilen, wie z.B. bei der Bildung von roten und weißen Blutkörperchen. Deshalb sind besonders die Organe mit einer schnellen Zellerneuerung wie Darm und Lunge auf reichliche Versorgung mit Folsäure angewiesen.

Der Organismus benötigt Folsäure für jeden Wachstumsprozess, ganz gleich ob es sich um Haare und Nägel handelt oder den wachsenden Embryo in der Schwangerschaft.

In der aktuellen Forschung hat sich herausgestellt, dass Folsäure die Gesundheit von Herz und Gefäßen unterstützt. Folsäure baut Homocystein ab, ein Stoffwechselprodukt der Eiweiße. Neue Untersuchungen haben gezeigt, dass Homocystein ein Risikofaktor für Arteriosklerose ist. Folsäure kann daher das Risiko für Gefäßerkrankungen vermindern.

Wann brauchen wir mehr Folsäure?

Bei Einnahme von Medikamenten und erhöhtem Alkoholkonsum nimmt der Körper die Folsäure aus der Nahrung nicht vollständig auf. Dadurch kann ein Folsäuremangel entstehen.

Ein erhöhter Bedarf an Folsäure besteht besonders in der Schwangerschaft. Es ist aus der medizinischen Klinik schon seit langem bekannt, dass ein Mangel an Folsäure Missbildungen des Kindes verursachen kann (Spina bifida, offener Rücken). Schon bei der Planung einer Schwangerschaft empfiehlt es sich, auf eine ausreichende Versorgung mit Folsäure zu achten.

Woran erkennt man einen Mangel an Folsäure?

Ein Mangel an Folsäure äußert sich zunächst in Müdigkeit, Schlafstörungen und Vergesslichkeit.

Schleimhautveränderungen (Bläschen, Aphthen) in Mund, Magen und am Darmausgang können sich bilden.

Wie wirkt Folsäure im Körper?

Folsäure hat eine zentrale Bedeutung beim Wachstum. Sie ist bei der Bildung jeder neuen Körperzelle beteiligt und unterstützt den Eiweißstoffwechsel. Wie andere Mikronährstoffe auch, entfaltet Folsäure ihre Wirkung nicht als Solist, sondern immer im Zusammenspiel.

Folsäure ist Teamspieler von Eisen und den B-Vitaminen bei der Blutbildung.

Folsäure unterstützt die Gesundheit von Blut, Herz und Gefäßen sowie die Schwangerschaft.

In welchen Lebensmitteln kommt Folsäure vor?

Die empfohlene Tageszufuhr von 400 µg Folsäure ist z.B. in 180 g Weizenkeimen, 300 g roten Bohnen oder 250 g Spinat enthalten. Auch Kalbsleber, Brokkoli und Sojabohnen sind gute Quellen für Folsäure.

