

## STIMMUNGSPPLUS Kapseln

Alle unsere Nervenbotenstoffe (Neurotransmitter) sind aus Aminosäuren aufgebaut. So ist für die Ausbildung von Dopamin, Noradrenalin und Adrenalin die Aminosäure L-Phenylalanin als Ausgangsstoff notwendig, für die Ausbildung des Botenstoffes Serotonin L-Tryptophan. Phenylalanin und Tryptophan gehören zu den essentiellen Aminosäuren, das heißt, sie müssen über die Nahrung zugeführt werden, da der Körper sie selbst nicht bilden kann. Ausreichende Bestände an B-Vitaminen in unserem Körper sind von großer Bedeutung für unseren Nervenstoffwechsel. Zum Beispiel benötigt unser Gehirn für die Umwandlung der Aminosäure L-Phenylalanin zu Dopamin das Vitamin B6. Die Umwandlung von L-Tryptophan zum Glückshormon Serotonin gelingt nur, wenn ausreichende Bestände an Vitamin B6 und Vitamin C vorhanden sind.

Folgende wertbestimmende Faktoren sind in einer Tagesdosis (= 2 Kapseln) STIMMUNGSPPLUS Kapseln enthalten:

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 2 Kapseln)	RDA*
<b>Vitamine:</b>		
Vitamin B1 (Thiamin)	5,6 mg	505 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	6,4 mg	455 %
Vitamin B3 (Niacin)	72 mg	448 %
Vitamin B5 (Pantothensäure)	24 mg	400 %
Vitamin B6 (Pyridoxol)	7,9 mg	565 %
Vitamin B7 (Biotin)	300 mcg	600 %
Vitamin B9 (Folsäure)	800 mcg	400 %

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 2 Kapseln)	RDA*
Vitamin B12 (Cobalamine)	10 mcg	400 %
<b>Mineralstoffe und basische Nährstoffe:</b>		
Calcium	151 mg	19 %
Magnesium	91 mg	24 %
<b>Weitere wertbestimmende Faktoren:</b>		
L-Phenylalanin	50 mg	–
L-Tryptophan	50 mg	–
L-Tyrosin	25 mg	–

\*RDA (Recommended Daily Allowance) = empfohlene tägliche Zufuhrmenge. Die Werte der Inhaltsstoffe beruhen auf Durchschnittsanalysen.

Verzehrempfehlung:

Täglich, am besten morgens und abends vor den Mahlzeiten, je 1 Kapsel mit ausreichend Flüssigkeit verzehren.

Quelle: CosmoTerra® Ernährungsberatungs-GmbH