

LECITHIN PLUS Pulver

Hochwertiges Lecithin ist ein wichtiger Baustein aller Zellen und Nervenzellen und somit unerlässlich für Jedermann. Lecithin zählt zur Gruppe der Phospholipide, wichtiger biologischer Verbindungen, die aus (hochungesättigten) Fettsäuren, Glycerin, Phosphorsäure und Cholin bestehen. Phospholipide sind elementarer Bestandteil aller Zellmembranen, besonders auch von Gehirn-Nerven- und Leberzellen. Die hochwertige Aminosäure Cholin ist eine biologische Vorstufe, die es unserem Körper ermöglicht, den relaxierenden Botenstoff Acetylcholin zu bilden. Acetylcholin ist ein bedeutender Neurotransmitter und Gegenspieler des Stresshormons Adrenalin. Eine Cholin-Zufuhr verbessert die Belastungstoleranz und die Stress-Resistenz. Die Vitamine des B-Komplexes sind elementare Bio-Werkzeuge für den Stoffwechsel von Gehirn und Nerven. So werden Gedächtnis und Konzentrationsvermögen auf natürliche Weise verbessert.

Eine reibungslose Kommunikation zwischen den Zellen, aber auch Funktionstüchtigkeit und Lebensdauer von Leberzellen hängen wesentlich von Lecithin-Vorräten ab. Zusätzlich fördert Lecithin den Abbau des gefäßschädigenden Homocysteins.

Folgende wertbestimmende Faktoren sind in einer Tagesdosis (= 10g)

LECITHIN PLUS Pulver enthalten:

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 10 g)	RDA*
Vitamine:		
Vitamin B1 (Thiamin)	0,2 mg	15 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	0,2 mg	15 %
Vitamin B3 (Niacin)	2,4 mg	15 %
Vitamin B5 (Pantothensäure)	30 mg	500 %

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 10 g)	RDA*
Vitamin B6 (Pyridoxol)	0,2 mg	15 %
Vitamin B7 (Biotin)	7,5 mcg	15 %
Vitamin B9 (Folsäure)	30 mcg	15 %
Vitamin B12 (Cobalamine)	0,4 mcg	15 %
Vitamin E	24 mg	200 %
Weitere wertbestimmende Faktoren:		
Sonnenblumenlecithin	7 g	–
enthält Phosphatidylcholin	1,7 g	–
enthält Phosphatidylinositol	1,3 g	–
enthält Phosphatidylethanolamin	0,8 g	–
Inositol	1 g	–
Cholin (tlw. aus Sonnenblumenlecithin)	107,4 mg	–

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

Verzehrempfehlung:

Einmal täglich einen gestrichenen Messlöffel (= ca.10 g) in 1/8 Liter (Pflanzen-) Milch oder Wasser auflösen und trinken.

Besondere Hinweise:

Dem Cosmoterra LECITHIN PLUS Pulver wird aus technischen Gründen Kieselerde beigefügt. Dadurch verklebt das Pulver nicht und bleibt dosierbar. Die Krankheit Silikose entsteht ausschließlich durch vermehrtes EINATMEN von kristallinem Feinstaub des Siliciumdioxids (auch als Staublungenkrankheit bekannt).

Die Silikose ist eine typische Berufskrankheit von Bergleuten. Die ORALE Einnahme der Kieselsäure in Cosmoterra LECITHIN PLUS führt nicht zu Silikose.

Quelle: CosmoTerra® Ernährungsberatungs-GmbH