

Brain

Zusammensetzung (Tagesdosis = 2Kps)

NICOTINAMID	48 mg
L-GLUTAMIN	50 mg
TAURIN	100 mg
CHOLIN	400 mg
PHOSPHATIDYLSERIN	100 mg
METHYLCOBALAMIN B12	9 ug
(6S)-5-METHYLTETRAHYDROFOLSÄURE,	400 ug
PYRIDOXAL-5'-PHOSPHAT B6	4 mg
L-PHENYLALANIN	30 mg
L-TYROSIN	30 mg
L-TRYPTOPHAN	30 mg

Nicotinamid unterstützt die Hirndurchblutung und -funktion. Ebenso wichtig in der Energieproduktion.

Cholin ist eine wichtige Vorstufe des Neurotransmitters Acetylcholin.

Glutamin, Phenylalanin, Tyrosin sind wichtig für die normale Hirnfunktion. Sie dienen als Energieträger und verhindern eine Anhäufung von schädlichem Ammoniak.

Diese Aminosäuren unterstützen Lernfähigkeit, Gedächtnis und Aufmerksamkeit. Sie können zu einer besseren Laune beitragen und helfen auch gegen Verstimmungen.

Taurin kann zu einer Gehirn-Leistungssteigerung führen und ausserdem Ermüdungserscheinungen reduzieren.

Phosphatidylserin spielt eine wichtige Rolle in Zellmembranen. Durch seine Funktion bei der Reizübertragung zwischen Nervenzellen ist Phosphatidylserin unter anderem für Denkprozesse und Gedächtnisfunktionen wichtig. Phosphatidylserin steht ausserdem in Zusammenhang mit Stresstoleranz und der Reduktion von Stresshormonen.

B-Vitamine sind sowohl für die Umwandlung der Aminosäuren in Neurotransmitter notwendig wie auch für die Produktion von Energie im Gehirn.



HEALTH STAR

Brain



Vitamine und Aminosäuren zur Unterstützung von Nerven und Hirnleistung



Die **neuere medizinische Forschung** hat nicht nur erkannt, dass - im Gegensatz zu der bisherigen Lehrmeinung - **das Gehirn sich regenerieren kann**, sondern hat ebenso herausgefunden wie eine große Anzahl gesundheitlicher Störungen auf Mangel von sog. Neurotransmittern zurückzuführen sind. Defizite einzelner oder mehrerer Neurotransmitter führen zu einem funktionellen neuronalen Ungleichgewicht.

Der Mensch ist durch die moderne Lebensweise, die seinem Naturell so gar nicht entspricht, ständiger Herausforderung ausgesetzt. Bewegungsmangel, falsche Ernährung mit hochkalorischen, raffinierten Lebensmitteln, Reizüberflutung durch Medien und Werbung, Konsumzwang und zunehmende schulische oder berufliche Belastungen mit Tendenz zum persönlichen Rückzug und Mangel an sozialen Kontakten führen zu dauerhafter Stressbelastung.

Symptome wie Schlaf- und Essstörungen, Konzentrationsmangel, Motivations- und Antriebsverlust, Leistungsabfall, Unruhe, Ängste und Depressionen sind die Folge und vor allem die Grundlage für die Entwicklung von Stress-Syndromen und Zivilisationskrankheiten:

- Chronisches Erschöpfungssyndrom (CFS)
- Burnout-Syndrom (BOS)
- Hirnleistungsstörungen
- Posttraumatisches Stress-Syndrom (PTSD)
- Multiple Chemikalien-Sensitivität (MCS)

Zentrales und peripheres Nervensystem, Hormone, Immunsystem und Psyche stellen ein eng verwobenes, **fein abgestimmtes Netzwerk** dar, in dem die Einzelglieder im ständigen Austausch miteinander stehen und sich gegenseitig beeinflussen. Die Signalvermittlung innerhalb der einzelnen Systeme sowie untereinander erfolgt vor allem über Nervenbahnen und diese wiederum benötigen dazu sog. Neurotransmitter. Um diese optimal herzustellen, werden bestimmte Nährstoffe gebraucht wie diese im **Brain** enthalten sind.

Wichtig zu wissen: Die Einnahme von Mikronährstoffe muss kontinuierlich erfolgen und ist langfristig.