

ARKTIS L-Tryptophan balance Kapseln (Packungsgröße: 60St.)

Beschreibung

L-Tryptophan wird auch als Wohlfühl-Aminosäure bezeichnet. Dabei ist dein Körper auf deine Mithilfe angewiesen. Er kann den wichtigen Baustein nämlich nicht selbst bilden. L-Tryptophan ist vor allem in eiweißhaltigen Lebensmitteln enthalten. Die Substanz ist übrigens der Grund für die Annahme, dass Schokolade glücklich macht.

Für deinen Körper spielt die Aminosäure eine wichtige Rolle. Er bildet daraus das Glückshormon Serotonin. Zudem stellt die Aminosäure die Vorstufe für Melatonin dar. Dieses wird gerne als Schlafhormon bezeichnet.

Niedrige Serotonin-/Melatoninwerte kennzeichnen depressive Verstimmungen und Schlafstörungen. Die Vitamine B1 und B6 werden für die Serotoninsynthese benötigt.

- Vitamin B1 und B6 tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems und zur normalen psychischen Funktion bei.
- Niacin und Folsäure tragen zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Zutaten & Inhaltsstoffe

58% L-Tryptophan, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose, Nicotinamid, Magnesiumcitrat, Magnesiumoxid, Magnesiumgluconat, Magnesiumcarbonat, Pyridoxinhydrochlorid, Thiaminmononitrat, Folsäure

| Inhaltsstoffe | pro Tagesdosis (2 Kps) | NRV* |
|---------------|------------------------|-------|
| L-Tryptophan | 500 mg | – |
| Niacin | 40 mg | 250 % |
| Vitamin B6 | 10 mg | 714 % |
| Vitamin B1 | 7 mg | 636 % |
| Folsäure | 400 µg | 200 % |

*% NRV: Nutrient Reference Value (Nährstoffbezugswert)

Verzehrempfehlung

2 Kapseln ca. 30 Minuten vor dem Schlafengehen bevorzugt mit einem kohlenhydratreichen Getränk verzehren.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Das Produkt ist außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern zu lagern. Bitte lichtgeschützt und trocken lagern.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihren Arzt, Therapeuten oder Apotheker. Diese helfen Ihnen gerne weiter.

Warnhinweise:

Bei der Einnahme von Antidepressiva sollte vor dem Verzehr Rücksprache mit dem Arzt oder Therapeuten gehalten werden.

Nicht für Schwangere, Stillende sowie Kinder und Jugendliche geeignet.

Nach Einnahme des Produktes ist die Fähigkeit zur Teilnahme am Straßenverkehr möglicherweise beeinträchtigt.