

D-Biotin plus

Dieses Produkt gibt es in folgenden Verpackungsgrößen:

60 Kapseln (Art. Nr.: 034590057060)

■ Produktbeschreibung

Biotin (Vitamin H) gehört zur Gruppe der wasserlöslichen B-Vitamine. Im Intermediär-stoffwechsel ist es an einer Vielzahl von Prozessen wie der Gluconeogenese, Fettsäuresynthese und dem Aminosäurestoffwechsel beteiligt. Carboxy-biotinhaltige Enzyme spielen eine wichtige Rolle für die De-novo-Synthese von DNS- und RNS-Molekülen. Biotin wird auch für die Proliferation der T-Zellen und die Antikörperproduktion benötigt. Neben dem Vorkommen in Mikroorganismen wie Hefe ist Biotin in tierischem Gewebe, vor allem in Leber und Eigelb sowie in Pflanzen wie Sojabohnen, Naturreis und Kleien enthalten. Eine gesunde Mikrobiota ist in der Lage, Biotin zu bilden. Vitamin B6 (Pyridoxin) ist an über 100 enzymatischen Reaktionen wie u.a. dem Amino- und Fettsäurestoffwechsel beteiligt. Gerade körperlicher und seelischer Stress sowie Ängste lassen den Bedarf steigen. Eine salzreiche Kost mit wenig B6 ist mitverantwortlich für Ödeme.

Glutathion ist ein wichtiges intrazelluläres und detoxifizierendes Antioxidans, das Zellen, Lipide, Proteine und Nukleinsäuren schützt. Des Weiteren besitzt es Immunkompetenz. Ein Mangel wird mit entzündlichen und chronischen Erkrankungen sowie degenerativen Prozessen in Verbindung gebracht. OPCs (Traubenkernextrakt) gehören zu der Gruppe der Polyphenole. Die ebenso antioxidativen und immunmodulierenden Eigenschaften des Polyphenol-Extrakts unterstützt das Spektrum der anderen Mikronährstoffe.

■ Indikationen

Neben psychischen Verstimmungen, erhöhter Reizbarkeit und allgemeiner Schwäche sind Haarausfall, brüchige bzw. rissige Fingernägel sowie trockene/schuppige Haut inkl. Beschwerden an Lippen und der Schleimhäute Anzeichen für einen Mehrbedarf. Besonders Antazida und Antibiotika sowie Alkohol nehmen einen negativen Einfluss auf die sensible Darmflora und infolge auf ihre Fähigkeit zur Eigensynthese von Biotin.

Einen erhöhten Bedarf weisen auf:

Schwangere, Stillende, SportlerInnen und Frauen, die estrogenhaltige orale Kontrazeptiva einnehmen.

In Kombination mit Glutathion und B6 werden immunmodulierende Eigenschaften gefördert. Unterstützend kann die Kombination bei Diabetes mellitus eingesetzt werden.

■ Dosierungsempfehlung

Falls nicht anders verordnet, sollten 2 Kapseln dieses Präparats über den Tag verteilt eingenommen werden.

■ Inhaltsstoffe pro Kapsel

D-Biotin	2500 µg
red. Glutathion	10 mg
Traubenkernextrakt(95% Polyphenole)	50 mg
davon OPCs	30 mg
Vitamin B6	4,11 mg
Füllstoff: Cellulose	

✓ Lactosefrei

Health Claims: Vit. B6, Biotin

■ Studien

Said, H. (2002). Biotin: the forgotten vitamin. *The American Journal of Clinical Nutrition*.

Said, H. (2011). Intestinal absorption of water-soluble vitamins in health and disease. *Biochemical Journal*.

Zeeshan, H., Lee, G., Hyung-Ryong, K., & Han-Jung, C. (2015). Endoplasmic Reticulum Stress and Associated ROS. *International Journal of Molecular Sciences*.

Zempleni, J., Chew, Y., Hassan, Y., & Wijeratne, S. (2008). Epigenetic regulation of chromatin structure and gene function by biotin: are biotin requirements being met? *Nutrition Reviews*.

Zempleni, J., Wijeratne, S., & Hassan, Y. (2009). Biotin. *BioFactors*