NOD dag 9 23 Vitals endorfinen en het endorfinen systeem.

Wij zullen Choline, Ashwagandha, Rhodiola, Berberine en 5-HTP presenteren. Natuurlijk is het belangrijk dat een lichaam beschikt over voldoende co-factoren (in de vorm van een multi, B-complex, magnesium bisglycinaat enz.), maar we presenteren die dag een aantal van de producten die specifiek ingezet kunnen worden op het endorfinen systeem en op de neurotransmitters wanneer die onderuitgaan.

Choline: Stof die nodig is voor de synthese van neurotransmitter acetylcholine. Betaine, gezond homocysteïne gehalte. Voor een optimale programmering van het stress systeem tijdens zwangerschap.
Ashwagandha: Reguleert de HHB as en afgifte cortisol. Afgifte adrenaline/noradrenaline. Zorgt voor rust en ontspanning en goed om op te slapen.
Rhodiola: Bij serotonineresistentie, bij endorfinetekort, verhoogt EPO, Erytropoetine. En remt enzymen MAO-A en COMT die zorgen voor afbraak serotonine, dopamine en noradrenaline
Berberine: Verbetert het intestinale milieu, toename gunstige darmbacteriën (butyraat, acetaat en propionaat). Verbetert de slijmvlieslaag, verbetert darmpermeabiliteit en bij insuline resistentie en metabool syndroom. AMPK – de masterswitch
5-HTP: Serotonine aanmaak, levert tryptofaan

Daarnaast kun je nog denken aan stoffen als Saffraan, Taurine, L-Theanine. En ik las mooie resultaten die gedaan zijn met de LGG-bacterie. Daar hebben wij ook een mooi product van met alleen die stam.

Wanneer je bepaalde stoffen inneemt of welke dosering is natuurlijk aan de therapeut en individueel bepaald, maar bijvoorbeeld een Rhodiola is handiger in te nemen op de dag, dan 's avonds voor het slapen gaan. Een heel mooie combi is Rhodiola overdag en dan 's avonds Ashwagandha.

Met vriendelijke groet,

CHRISTEL NIJLAND
Productadviseur
06 30413473

Vitals Voedingssupplementen 075-6476050
Pieter Lieftinckweg 29 info@vitals.nl
1505 HX Zaandam www.vitals.nl

VITALS
ELKE DAG BETER