

Eisen-Bisglycinat

Typische Anzeichen eines Eisenmangels

- Müdigkeit und Antriebslosigkeit
- Blässe
- Kurzatmigkeit bei Belastung
- Schwindel
- Kopfschmerzen
- Kalte Hände und Füße
- Haarausfall
- Konzentrationsschwierigkeiten etc.

Eisen-Bisglycinat zeichnet sich durch eine besonders gute Bioverfügbarkeit aus. Dabei handelt es sich um eine Chelatverbindung, bei der Eisen an die Aminosäure Glycin gebunden ist. Diese spezielle Struktur schützt das Eisen vor Wechselwirkungen mit Nahrungsbestandteilen wie Phytaten oder Polyphenolen, welche die Eisenaufnahme sonst hemmen können. Dadurch kann der Körper das Eisen effizienter aufnehmen und verwerten. Im Vergleich zu klassischen Eisenverbindungen zeigen Studien, dass Eisen-Bisglycinat eine deutlich bessere Absorption erreicht und gleichzeitig gut verträglich ist.

Es kann bei folgenden Beschwerden oder Situationen empfohlen werden:

- Eisenmangel und Eisenmangelanämie (Blutarmut), beispielsweise bei niedrigen Ferritin- oder Hämoglobinwerten.
- Chronische Müdigkeit, Erschöpfung und Leistungsschwäche, wenn diese durch einen Eisenmangel verursacht werden. Eisen ist für den Sauerstofftransport im Blut wichtig.
- Konzentrationsprobleme und verminderte geistige Leistungsfähigkeit, die bei Eisenmangel auftreten können.
- Haarausfall und brüchige Nägel, sofern ein nachgewiesener Eisenmangel zugrunde liegt.
- Schwangerschaft und Stillzeit, da der Eisenbedarf in dieser Zeit erhöht ist. Studien zeigen, dass Eisen-Bisglycinat bei Schwangeren wirksam und gut verträglich ist.
- Starke Menstruationsblutungen, die zu erhöhten Eisenverlusten führen können.
- Vegetarische oder vegane Ernährung, wenn die Eisenzufuhr oder Eisenaufnahme nicht ausreichend ist.
- Sportlerinnen und Sportler, insbesondere Ausdauersportler, die einen erhöhten Eisenbedarf haben.

Aufgrund der höheren Bioverfügbarkeit können häufig bereits niedrigere Eisenmengen ausreichend sein, um die Eisenspeicher aufzufüllen. Deshalb wird Eisen-Bisglycinat für Menschen empfohlen, die einen erhöhten Eisenbedarf haben und/oder empfindlich auf herkömmliche Eisenpräparate reagieren.

Fazit:

Eisen-Bisglycinat verbindet eine hohe Eisenaufnahme mit einer guten Magen-Darm-Verträglichkeit und ist derzeit eine der hochwertigsten Formen der Eisen-Supplementierung.

Für indikationsorientierte Auskünfte fragen Sie Ihren

- Arzt
- Therapeuten
- Drogisten
- Mitglieder der Swiss Mitochondrial Medicine Association

Inhaltsstoffe und -menge pro Kapsel:

Vitamin C	120.0 mg
Eisen-Bisglycinat (20% Fe)	105.0 mg
Beta-Carotin (10%)	24.0 mg
Maisstärke	20.0 mg

Darreichungsform:

Nutrition-World bietet Eisen-Bisglycinat in Dosen mit 100 Kapseln an.

Wirkungen / Nebenwirkungen:

Nebenwirkungen sind keine bekannt.

Dosierungsempfehlung:

siehe Produkt-Etikette.

In der Europäischen Union EU, Liechtenstein und der Schweiz ist es Aufgrund gesetzlicher Vorgaben untersagt, im Zusammenhang mit Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen, gesundheitsbezogene Aussagen zu machen. Ihr Arzt, Therapeut, Apotheker oder Drogist wird Sie gerne über deren Wirkungen in Bezug auf Gesundheit und Lebensqualität informieren.

Ein Produkt der
NUTRITION-WORLD-GROUP Corp.

Mail: nutrition-world@cellpro.at
Website: www.nutrition-world.at