

R-alfaliponzuur

Specifieke productkenmerken

- Een sterke antioxidant
- Helpt bij complicaties van ouderdomsdiabetes
- Een age-essential
- Zorgt voor efficiënte energiehuishouding

Van alfaliponzuur bestaan meerdere vormen. R-alfaliponzuur is de enige vorm die in de natuur voorkomt en is de enige vorm van alfaliponzuur die door het menselijk lichaam gebruikt kan worden. In het lichaam wordt het omgezet in dihydroliponzuur (DHLA). Zowel alfaliponzuur als dihydroliponzuur hebben een sterke antioxidatieve werking. Dihydroliponzuur heeft de eigenschap dat het andere antioxidanten zoals vitamine C en E kan regenereren. Een bijzondere eigenschap van alfaliponzuur is dat het door de bloed-hersenbarrière kan. Hierdoor kan het een beschermend effect hebben op de hersenfuncties, maar daar moet nog onderzoek naar gedaan worden.

Van nature komt alfaliponzuur in grotere hoeveelheden voor in orgaanvlees en in kleine hoeveelheden in erwten, broccoli, tomaten en spinazie. Echter, de hoeveelheden in gangbare Westerse voeding is niet voldoende, zodat suppletie vaak zinvol is.

Energiehuishouding en vermoeidheid

Alfaliponzuur is een belangrijke factor bij de omzetting van voedsel naar energie. Mitochondriën, kleine energiefabrieken in de cellen, zetten suiker en vetten om in ATP (Adenosine-tri-fosfaat). ATP is de energiebron voor het menselijk lichaam. Bij de omzetting van glucose naar ATP zijn veel enzymen betrokken. Alfaliponzuur is een cofactor bij een aantal van deze enzymen in de citroenzuurcyclus en dus onmisbaar in de energievoorziening. Bij het omzetten van voedsel naar ATP komen echter vrije radicalen vrij. Op den duur kunnen vrije radicalen de celwanden van de mitochondriën beschadigen en het DNA van de mitochondriën veranderen. De mitochondriën worden minder efficiënt en er wordt minder ATP aangemaakt. Dit proces kan chronische vermoeidheid veroorzaken. Chronische vermoeidheid is vaak een nevenverschijnsel bij verschillende aandoeningen en bij veroudering. Antioxidanten, zoals alfaliponzuur, gaan de negatieve gevolgen van vrije radicalen tegen. Alfaliponzuur helpt de functie van de mitochondriën te verbeteren



en zo de chronische vermoeidheid drastisch te verlagen bij patiënten met chronische aandoeningen. Met name in combinatie met fosfolipiden, CoQ10, NADH en L-carnitine is alfaliponzuur een veilig supplement om het energieniveau weer omhoog te krijgen.

Diabetes type 2

Ouderdomsdiabetes, oftewel diabetes type 2, is een vervelende ziekte. Door ongevoeligheid voor insuline kan het lichaam niet meer zelf de bloedsuikerspiegel reguleren en daarnaast ontstaan er in de loop der jaren ook bijverschijnselen. Eén van die complicaties is neuropathie, een complexe aandoening door beschadiging van het zenuwstelsel. Aangezien het zenuwstelsel bij veel processen in het lichaam betrokken is, zijn de symptomen van neuropathie divers, zoals pijn en tintelingen aan

“De supplementen die ouderdomsziekten tegengaan, worden age-essentials genoemd. R-alfaliponzuur is een van die age-essentials. Het werkt als een sterke antioxidant en beschermt tegen oxidatieve stress.”



handen en benen en maag- en darmklachten. Bekend is de diabetesvoet die zelfs kan leiden tot amputatie. Inname van R-alfaliponzuur vermindert de symptomen van de neuropathie. Verschillende studies laten zien dat patiënten die alfaliponzuur kregen toegediend, minder afhankelijk werden van de reguliere medicatie en en minder pijnstillers innamen. Alfaliponzuur werkt snel, want de goede resultaten werden al binnen 5 weken gezien. Wanneer er in het beginstadium van de diabetes gestart wordt met suppletie, kan alfaliponzuur zelfs de zenuwschade voorkomen of beperken. In Duitsland is alfaliponzuur als medicatie erkend als behandeling voor neuropathie bij diabetici. Alfaliponzuur heeft verder een gunstige werking op de diabetesmedicatie, omdat de bloedsuikerspiegel beter gehandhaafd kan blijven. Bij diabetes type 2 zijn de cellen minder gevoelig geworden voor het hormoon insuline. Insuline zorgt voor de opname van glucose uit het bloed door de lichaamscellen. Bij ongevoeligheid voor insuline stijgt dus de bloedsuikerspiegel. Alfaliponzuur zorgt dat de cellen glucose beter kunnen opnemen uit het bloed, zodat de bloedsuikerspiegel stabiel kan blijven. In combinatie met lichaamsbeweging wordt dit effect versterkt.

Verjongingskuur

Weinig mensen willen de gevolgen van het ouder worden merken. Met het ouder worden neemt de concentratie van bepaalde voedingsstoffen in het lichaam af en hierdoor werken lichaamsfuncties minder goed. Door deze voedingsstoffen aan te vullen kan het verouderingsproces worden vertraagd. De supplementen die ouderdomsziekten tegengaan, worden age-essentials genoemd. R-alfaliponzuur is een van die age-essentials. Het werkt als een sterke antioxidant en beschermt tegen oxidatieve stress. Bij oxidatieve stress ontstaan er teveel vrije radicalen en het zijn deze vrije radicalen die schade aanrichten. Ze zorgen voor celveroudering en kunnen het DNA beschadigen. Er zijn antioxidanten nodig om de werking van vrije radicalen en dus de negatieve gevolgen van oxidatieve stress, tegen te gaan. Een andere belangrijke

antioxidant in dit proces is glutathion. De hoeveelheid glutathion wordt verhoogd door inname van alfaliponzuur. Op deze manier heeft alfaliponzuur dus een dubbele werking als antioxidant.

Wanneer is er behoefte aan R-alfaliponzuur?

- Bij gezond ouder worden
- Bij chronische vermoeidheid
- Bij diabetes mellitus (type 2)

Waarom R-alfaliponzuur van Plantina?

Bij de productie van alfaliponzuur ontstaat een mengsel van RS-alfaliponzuur. De S-vorm, een chemische variant van R-alfaliponzuur kan niet goed door het menselijk lichaam gebruikt worden. De S-vorm van alfaliponzuur wordt ook minder goed geabsorbeerd. Het scheiden van de twee vormen is echter een kostbaar proces. Het is het Amerikaanse bedrijf GeroNova gelukt om R-alfaliponzuur als een stabiel natriumzout te produceren, dus zonder de S-vorm. Deze ontwikkeling is nog maar sinds 2000 gaande en Plantina heeft deze super antioxidant daarom nog niet heel lang in het assortiment. Dankzij het gebruik van R-alfaliponzuur als natriumzout kan Plantina garant staan voor een goed en stabiel product. Deze geproduceerde vorm van alfaliponzuur is hetzelfde als de natuurlijk voorkomende vorm en wordt in de darmen daarom goed geabsorbeerd. Plantina R-alfaliponzuur wordt geproduceerd volgens GMP- en HACCP-normen, allebei garanties dat bij de productie veiligheid vooropstaat.

Eén tablet bevat:

R-alfaliponzuur 50 mg

Wijze van inname:

Tenzij anders geadviseerd 1 tot 3 capsules per dag, bij voorkeur tijdens of vlak na de maaltijd. De aanbevolen dagelijkse dosis niet overschrijden.