



Bio-Zink

Bio-Zink er et zinktilskud bestående af rent, organisk bundet zink med en høj optagelighed i kroppen. Hver tablet indeholder 15 mg zink. Det svarer til 150% af ADT.

Hvad er zink?

Zink er et livsnødvendigt mineral og grundstof. Det findes i celler overalt i kroppen. Sammen med kobber danner zink en vigtig bestanddel af antioxidantenzymet superoxid-dismutase (SOD).

Behovet for zink er størst i puberteten, hos gravide og ammende kvinder, hos ældre mennesker, ved et stort alkoholforbrug, under stress, ved brug af vanddrivende midler og hos mennesker, der sveder meget. Da kroppen ikke har noget decideret zinkdepot, har vi behov for vedvarende tilførsel af mineralet.

Af zinks mange vigtige funktioner i kroppen kan nævnes, at zink indgår i ca. 200 forskellige enzymer, bl.a. enzymer, der er nødvendige for kroppens omsætning af næringsstoffer og enzymer nødvendig for normal oversættelse og udtryk af vores genetiske kode. Flere af zinks funktioner:

- Indgår i normal DNA-syntese og celledeling
- Medvirker til et normalt fungerende immunforsvar

- Medvirker til en normal kognitiv funktion
- Indgår i en normal fertilitet og reproduktionsevne
- Indgår i et normalt fedtsyrestofskifte
- Indgår i en normal syre-base-balance
- Bidrager til en normal omsætning af A-vitamin
- Bidrager til at vedligeholde hår, negle, knogler & hud
- Indgår i en normal dannelse af proteiner i kroppen
- Bidrager til normalt niveau af testosteron i blodet
- Medvirker til en normal omsætning af kulhydrater
- Medvirker til vedligeholdelse af et normalt syn
- Medvirker til at beskytte kroppens celler mod oxidativt stress



Bio-Zink

Næringsstofindhold pr. anbefalet daglig dosis:

		% ADT*
Zink	15 mg	150%

*ADT= Anbefalet daglig tilførsel

Dosering

1 tablet daglig for voksne samt børn på 11 år og derover.

Særlige forhold

For bedste udnyttelse: Tages forskudt for et måltid. Evt. før sengetid.

Indhold

90 tabletter = 32 g

Ingredienser

Zinkgluconat
Glukose
Fyldemiddel: Mikrokrystallinsk cellulose.
Antiklumpningsmidler: Magnesiumsalte af fedtsyrer, siliciumdioxid

Kosttilskud bør ikke erstatte en varieret kost.

Opbevaring

Stuetemperatur. Ikke i direkte sollys.
Opbevares utilgængeligt for børn.

Ingredienserne i dette produkt stammer ikke fra økologisk landbrugsproduktion. Udtrykket "Bio" henviser i denne sammenhæng alene til produktets biotilgængelighed eller biokemisk organiske natur.

Zink er ugiftigt i det anbefalede doseringsområde, men høje zinkdoser gennem længere tid (10-30 gange ADT) kan bl.a. medføre kobbermangel. Såvel zinkmangel som zinkoverskud kan forårsage ubalancer i kroppens immunfunktion.

Samtidigt indtag af jern og zink kan påvirke kroppens zinkoptagelse negativt. En høj calciumindtagelse kan også reducere optagelsen af zink i kroppen.

Gode zink-kilder

Zink findes i en række fødevarer. Gode kilder til stoffet er blandt andet:

- nødder
- bønner
- fuldkorn
- kød
- græskarkerner
- krydderier

