

# Acetyl-L-Carnitine 500 mg

Direct beschikbaar voor het lichaam.

## De kracht van Acetyl-L-Carnitine 500 mg

- Verschillende factoren maken Acetyl-L-Carnitine essentieel
- Vegetariërs en veganisten hebben snel disbalans
- Hoogst biologisch beschikbare vorm van carnitine
- Goed opneembaar door acetyl
- Hoge dosering van 500 mg per capsule

## Beschrijving

In de regel vormt ons lichaam het semi-essentiële aminozuur l-carnitine uit l-methionine en l-lysine, maar bij dit omzettingproces kan een hoop fout gaan. Factoren als een operatie, dieet, snelle groei of zware sportbeoefening kunnen er bovendien voor zorgen dat een semi-essentieel aminozuur essentieel wordt. De snelheid waarmee ons lichaam het aminozuur opneemt schiet dan tekort om in onze behoefte te voorzien.

Daarnaast kunnen toereikende carnitine niveau met name voor vegetariërs en veganisten moeilijk te behalen zijn. Het semi-essentiële aminozuur vinden we namelijk vooral terug in dierlijke eiwitten; vlees en zuivel zijn de voornaamste bronnen.

Voor Acetyl-L-Carnitine 500 mg gebruiken we uitsluitend de l-structuurvorm van carnitine. Vanuit biochemisch perspectief kent het multifunctionele aminozuur twee vormen, de l- en d-structuurvorm. Het lichaam herkent alleen de l-structuurvorm (linksdraaiende vorm) als natuurlijk. De gespiegelde vorm, de d-vorm, komt in levend materiaal niet voor en wordt daarom aangeduid als synthetisch. De l-structuurvorm biedt zowel de garantie dat onze carnitine honderd procent natuurlijk is, als ook over de hoogst biologische beschikbaarheid beschikt.

Acetyl is in feite een molecuuldeel, de acetylgroep is dus geen molecuul op zichzelf. We kunnen de vergelijking trekken met een arm of een been, erg functioneel binnen het geheel van een lichaam, maar op zichzelf waardeloos. Desalniettemin heeft de koppeling van acetyl met carnitine grote waarde binnen ons lichaam. Drie eigenschappen van het molecuuldeel zorgen namelijk voor een efficiëntere passage door het celmembraan:

- Acetyl is een lipide achtige verbinding, waardoor de darm het molecuul als geheel kan opnemen. De acetylbinding beschermt het molecuul tegen oxidatie, wat snelle verspreiding in de cel tot gevolg heeft.
- De enzymen in onze cellen kunnen deze binding razendsnel splitsen. Hierdoor neemt het lichaam acetyl-l-carnitine wel goed op, in tegenstelling tot reguliere carnitine.

Samenstelling per dosering (1 vega capsule):		RI*
Acetyl-L-Carnitine	500 mg	**

\* Referentie inname \*\* Geen RI vastgesteld

- ✓ Glutenvrij
- ✓ Lactosevrij
- ✓ Vegetarisch
- ✓ Veganistisch



De meeste acetyl-l-carnitine supplementen bevatten tussen de 250 en 400 mg per capsule. In de onderzoeken die met dit aminozuur zijn uitgevoerd worden daarentegen doseringen tussen de 500 en 2000 mg aangehouden. Daarom bevat onze Acetyl-L-Carnitine maar liefst 500 mg acetyl-l-carnitine per capsule en adviseren we twee tot vier capsules per dag te nemen!

## Dosering

Neem 2 tot 4 capsules per dag, tenzij anders geadviseerd. Bij voorkeur gescheiden van voeding innemen. De aanbevolen dosering niet overschrijden.

## Veiligheid

Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden. Droog en op kamertemperatuur bewaren (15-25 °C).

## Ingrediënten

Acetyl-L-Carnitine, hypromellose (vega capsule), rijstzetmeel, stearinezuur (anti-klontermiddel).

## Bevat geen

GMO, gluten, gist, lactose, suiker, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen of conserveringsmiddelen.



Inhoud  
90 vega capsules

BTW  
Laag (9%)

Artikelnummer  
91565

Z-indexnummer  
16894472

