

ALFA UP-CELL FORTE

HOOGGEDOSEERDE BREEDSPECTRUM MULTIVITAMINE MET BIOLOGISCH ACTIEVE VORMEN

INDICATIES

- Nood aan hoog gedoseerde en complete multivitamine.
- Aanvullen van tekorten ten gevolge van een westerse levensstijl en voedingspatroon.
- In stand houden van een normaal gezichtsvermogen, een gezonde huid en gezond haar.
- Draagt bij tot een normaal energieleverend metabolisme en een normaal metabolisme van koolhydraten, vetzuren en eiwitten.
- Herstel na zwangerschap.

INGREDIËNTEN PER TABLET	ACTIEVE HOEVEELHEID	RI*
VITAMINEN		
Vit. A (4 mg betacaroteen + acetaat)	800 mcg	100%
Vit. B1 (thiamine Hcl)	2,2 mg	200%
Vit. B2 (riboflavine)	2,8 mg	200%
Vit. B3 (nicotinamide)	36 mg	225%
Vit. B5 (calcium-D-pantothenaat)	36 mg	600%
Vit. B6 (pyridoxal-5-fosfaat)	6 mg	429%
Vit. B8 (biotine)	900 mcg	1800%
Vit. B9 (5-MTHF glucosamine - Quatrefolic®)	300 mcg	150%
Vit. B12 (methylcobalamine)	5 mcg	200%
Vit. C (L-ascorbinezuur)	200 mg	250%
Vit. D3 (cholecalciferol)	25 mcg	500%
Vit E (alpha, beta, gamma en delta tocoferolen)	30 mg	250%
Vit K2 (menaquinone-7)	25 mcg	33%
MINERALEN		
Zink (bisglycinaat)	10 mg	100%
Jood (kaliumiodide)	200 mcg	133%
Molybdeen (natriummolybdaat)	50 mcg	100%
Seleen (L-selenomethionine)	35 mcg	63%
ANDERE STOFFEN		
Cholinebitartraat	75 mg	-
Citrus bioflavonoïden (50% hesperidine)	50 mg	-
Inositol	50 mg	-
Para-aminobenzoëzuur (PABA)	25 mg	-
Betaïne HCL	25 mg	-
Rutine	25 mg	-
Luteïne	4 mg	-
Zeaxanthine	1 mg	-

*RI: Referentie-inname

Hulpstoffen: microkristallijne cellulose, magnesiumstearaat, hydroxypropylcellulose, HPMC, silicium dioxide, kokospalm, talk.

Vrij van allergenen (glutenhoudende granen, soja, melk, ei, vis, schaaldieren, selder, mosterd, noten, sesamzaad, sulfiet, lupine, weekdieren en aardnoten).

UNIEKE EIGENSCHAPPEN

- Met biologisch actieve vormen van de B-vitaminen, inclusief biotine.
- Zonder ijzer, mangaan, koper en chroom voor mensen met ijzerstapeling of overgevoeligheid aan deze mineralen.
- Met betacaroteen.
- Met betaïne HCL voor een verhoging van de opneembaarheid van mineralen.
- Licht verteerbaar en goed absorbeerbare mineraalchelaten.
- Rijk aan antioxidanten.
- Unieke combinatie van carotenoïden, vitaminen en mineralen die een gezonde huid en een normaal gezichtsvermogen ondersteunen: betacaroteen, zink, luteïne en zeaxanthine.

THERAPEUTISCH ADVIES

- Mensen die ten gevolge van chronische aandoeningen hoog gedoseerde hoeveelheden specifieke vitaminen of mineralen dienen te nemen, ondersteunen dit best met een breedspectrum vitaminen- en mineralencomplex, aangevuld met de nodige antioxidantia. Dit bevordert het herstel, alsook de opname van de specifiek beoogde supplementie.
- Mensen met verteringsproblemen, verteren vaak moeilijk multivitaminen. In dit geval wordt de vertering en opname best extra ondersteund met Alfa Digest.

VOORZORGSMAATREGELEN

- Mag gebruikt worden tijdens de zwangerschap en bij borstvoeding. Bij zwangerschap, best afstemmen met de patiënte of ze nog andere supplementie gebruikt die vitamine A bevat, om overmaat te vermijden.
- Niet geschikt voor kinderen onder de 6 jaar.



AANBEVOLEN GEBRUIK

- Kinderen vanaf 12 jaar / volwassenen: 1 tablet per dag bij het ontbijt.
- Kinderen vanaf 6 jaar: 1/2 tablet per dag bij het ontbijt.



NUT_PL_AS 715/72

WESTERSE LEVENSTIJL

Deze levensstijl leidt tot **algemene tekorten** ten gevolge van:

- Uitputting van de landbouwgronden en moderne teeltculturen die gebruik maken van kunstmeststoffen die beperkt zijn in nutriënten.
- Geraffineerde voedingsmiddelen zijn arm aan vitamines, mineralen en antioxidanten.
- Onrijp geplukte vruchten zijn arm aan vitamines en antioxidanten en bioflavonoïden, zoals lycopene: een uiterst belangrijke DNA-protector.
- Dagelijkse uitdagingen van de westerse maatschappij, intensief sporten, ploegenwerk, stresserende werkomstandigheden, veroudering, groei, zorgen voor een verhoogde oxidatie van de weefsels, waardoor de behoefte aan vitamines, mineralen en anti-oxidanten stijgt.
- Jaarlijks worden al onze cellen vernieuwd. Om deze celvernieuwing zo optimaal mogelijk te laten doorgaan heeft ons lichaam bouwstenen nodig. Vitamines, mineralen samen met de vele anti-oxidanten en bioflavonoïden bezorgen ons lichaam de nodige bouwstenen om herstel en vernieuwing te laten doorgaan. Tekorten leiden jaar na jaar tot meer weefselbeschadiging en een snellere veroudering.

ONDERSTEUNING VAN HET METABOLISME: BIJ GEWICHTSVERLIES, METABOOL SYNDROOM EN DIABETES

- **Vitamines en mineralen** tekorten leiden tot energiegebrek, want ze vormen co-factoren in heel wat metabole processen. Tijdens of na een afslankkuur vormen ze een waardevolle ondersteuning om het metabolisme, de vetverbranding en spiergroei te optimaliseren.
- **Jodium:** bij overgewicht is er vaak een ontoereikende werking van de schildklier door een jodiumtekort. Wereldwijd is er een jodiumtekort (WHO rapport 2004). Jodium is belangrijk voor een **goede functie van de schildklier**. Het actieve schildklierhormoon T3, fT3 of de vrije T3, bepaalt de snelheid van het menselijk metabolisme. Dit uit zich in een stabiel gevoel van energie en vitaliteit.
- **Zink** en **selenium** zijn cofactoren voor de vorming van het actieve schildklierhormoon T3.
- **B-vitamines** zijn essentiële co-factoren in de citroenzuurcyclus, die instaat voor de ATP productie of de energie productie in onze cellen. De vorming van alle neurotransmitters hebben B-vitamines nodig als co-factor. De meeste neurotransmitters worden gevormd uit aminozuren. Heel wat mensen zetten gewone B-vitamines moeilijk om naar de actieve B-vitamines. Deze formule brengt de reeds actieve B-vitamines aan.
- Een goed **biotine-niveau (vitamine B8)** is van cruciaal belang voor de baby tijdens de zwangerschap.

CARDIOVASCULAIRE GEZONDHEID

- Bij een goede **vitamine K2** status wordt **calcium in botweefsel afgezet en niet in de zachte weefsels** zoals vaatwanden, kraakbeen, organen zoals hart-, long- en nierweefsel. Vitamine K2 activeert het Matrix Gla Proteïne (MGP) dat de afzetting van calcium in de extracel-lulaire matrix van zachte weefsels afremt. **Vitamine D** is betrokken bij de aanmaak van MGP. Samen zorgen ze voor een optimale werking van MGP in de vaatwand.
- **Choline** en **inositol** verlagen de LDL cholesterol.
- **Choline** ondersteunt de afvoer van vetten uit de lever.

OSTEOPOROSE

- **Vitamine K2 is essentieel voor de werking van verschillende calciumbindende eiwitten**, betrokken bij het behoud van de structuur van botten, tanden, bloedvaten en het regelen van de celgroei. Voldoende vitamine K2 vermindert de kans op botbreuken.
- Verschillende studies tonen aan dat het toedienen van **vitamine D** voor een **betere opname van calcium in de botten** zorgt, met als resultaat een verlaging van botbreuken ten gevolge van osteoporose. Een calcidiolspiegel < 50 nmol/l is ongunstig en leidt tot een toename van osteoporotische fracturen en valneiging bij bejaarden. Als de calcidiolspiegel boven de 50 nmol/l stijgt, wordt een hogere botdichtheid bereikt (EFSA 156-157-158).

ANTIOXIDANTEN

- **Bioflavonoïden, betacaroteen, rutine, luteïne en molybdeen** beschermen onze cellen tegen oxidatieve stress.

ONDERSTEUNING VAN DE GEZONDHEID VAN DE OGEN

- **Luteïne** en **zeaxanthine** zijn carotenoïden die terug te vinden zijn in de ooglens, belangrijk voor de **oogfunctie**.
- **Vitamine A** en **zink** samen in een formule zijn belangrijk omdat zink vitamine A activeert in het lichaam. Vitamine A wordt gebruikt ter preventie van **nachtblindheid**.

VOEDING VOOR HUID, HAAR EN NAGELS

- **PABA:** een van de stoffen die een positieve invloed heeft op de conditie van het **haar, de nagels en huid**. PABA speelt o.a. een rol bij de vorming van pigmenten en helpt zo de natuurlijke haarkleur te behouden.
- **Vitamine C** ondersteunt de **collageensynthese**.
- **Zink:** het mineraal voor huid, haar en nagels.
- **Biotine** is belangrijk voor een gezonde huid, gezond haar en gezonde nagels. Het kan helpen bij haaruitval (vooral bij mannen).

Wetenschappelijke studies:

- Castiglione D et al. Dietary Micronutrient and Mineral Intake in the Mediterranean Healthy Eating, Ageing, and Lifestyle (MEAL) Study. Antioxidants (Basel). 2018 Jun 23;7(7). pii: E79.
- Nelson G et al. Income growth and climate change effects on global nutrition security to mid-century. Nature Sustainability 2018; 1(12): 773-781.