

SOLGAR L-lizyna 500 mg, 50 kapsułek



Cena: 46,26 zł

Opis słownikowy

Dawka	500 mg
Opakowanie	50 kapsułek
Postać	kapsułki
Producent	SOLGAR POLSKA SP. Z O.O.
Rejestracja	Suplement diety
Substancja czynna	L-lizyna

Opis produktu

Lizyna to aminokwas egzogenny i należy go pozyskiwać z pożywienia, ponieważ organizm człowieka nie potrafi go produkować. Wchodzi ona w skład wielu białek, które budują i zapewniają prawidłowe funkcjonowanie organizmu.

Białka tworzone są w naszym organizmie z odpowiednich aminokwasów i z odpowiedniej ich sekwencji (kolejności). Ta specyfika powoduje ogromną różnorodność białek, ale również odpowiada za ich specjalizację. Białka uczestniczą w tworzeniu hormonów białkowych, budują komórki układu odpornościowego, biorą udział w reakcjach enzymatycznych, budują i odbudowują tkanki (np. tworzenie kolagenu).¹

Umiarkowany wysiłek fizyczny i odpowiednio zbilansowana dieta zapewnia nam trwanie w zdrowiu. Trwanie w zdrowiu to również sprawne siły samoobrony organizmu i regeneracji. Wszystkie te mechanizmy funkcjonują dzięki przemianie materii i odżywianiu.

Organizm ma możliwość tworzenia wyspecjalizowanych białek z udziałem lizyny, jeżeli w diecie spożywamy pokarmy z jej zawartością. Warto, więc uwzględnić w diecie: sery, jaja, ryby, fasolę (limerńską), mleko, ziemniaki, czerwone mięso, produkty sojowe, drożdże, kurczaki, wołowinę i jagnięcinę. Dieta zawierająca odpowiednią ilość aminokwasów może wspomóc organizm w szybszej regeneracji po urazach sportowych i zabiegach chirurgicznych.²

Wyniki badań sugerują, że lizyna może ułatwiać wchłanianie wapnia w jelitach i jednocześnie zmniejszać jego wydalanie z moczem.³

Solgar oferuje naturalne aminokwasy pochodzenia roślinnego. Aminokwasy w preparacie Solgara występują w „postaci wolnej”, co oznacza, że są lekkostrawne, wchłaniają się najskuteczniej i bezstratnie bezpośrednio do krwiobiegu bez konieczności ich trawienia.

¹ https://www.researchgate.net/publication/316139245_Protein_Structure_and_Function

² <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4672013/>

³ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/1486246>

Dawkowanie:

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia: osoby dorosłe jedna (1) do dwóch (2) kapsułek dziennie, najlepiej między posiłkami popijając sokiem lub wodą lub według wskazań lekarza.

Ostrzeżenia i ważne informacje:

Nie przekraczać porcji zalecanej do spożycia w ciągu dnia. Suplement diety nie jest substytutem zróżnicowanej diety.

Kobiety w ciąży, matki karmiące oraz osoby zażywające leki lub chore powinny przed zażyciem skonsultować się z lekarzem.

Produkt bezglutenowy,

Nie zawiera: drożdży, pszenicy, soi, produktów mlecznych, sztucznych substancji przedłużających trwałość, aromatów, barwników.

Skład:

Porcja zalecana do spożycia w ciągu dnia (1 lub 2 kapsułki) zawiera:

- L-Lizyna (w wolnej postaci, jako HCl) – 500 mg/1000 mg

Składniki:

L-Lizyna (w wolnej postaci, jako HCl), substancja glazurująca: hydroksypropylometyloceluloza, substancja wypełniająca: celuloza, substancja przeciwzbrylająca: sole magnezowe (roślinnych) kwasów tłuszczowych.