

coralclub

Zinc Methionine 15 mg

Coral Zinc Methionine 15 mg cink
tartalmú étrend-kiegészítő
kapszula

Intelligens kapcsolat a jó
felszívódásért



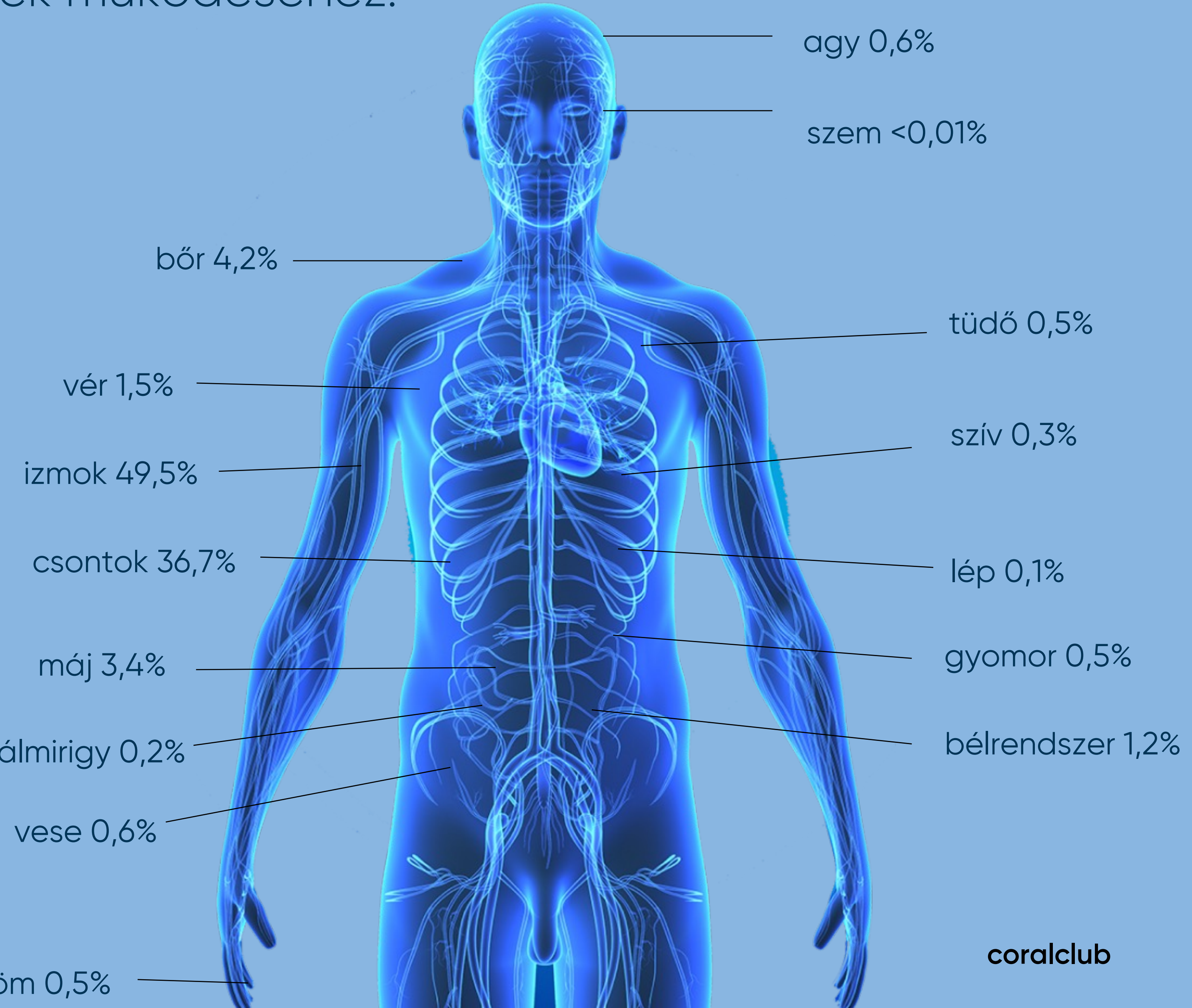
A **cink** számos szervben jelen van^[1]
és alapvető fontosságú a szervek működéséhez.

~ 3 g

Felnőttek esetében

Zinc Methionine 15 mg

Haj és köröm 0,5%



coralclub

Cink (Zn) – az anyagcsere számára legszükségesebb elem^[2]



A szervezet **nem képes önmaga előállítani a cinket,**
ezért létfontosságú **külső forrásból**
biztosítani.

A felnőttek napi cinkszükséglete
8-11 mg^[3]

Zinc Methionine 15 mg

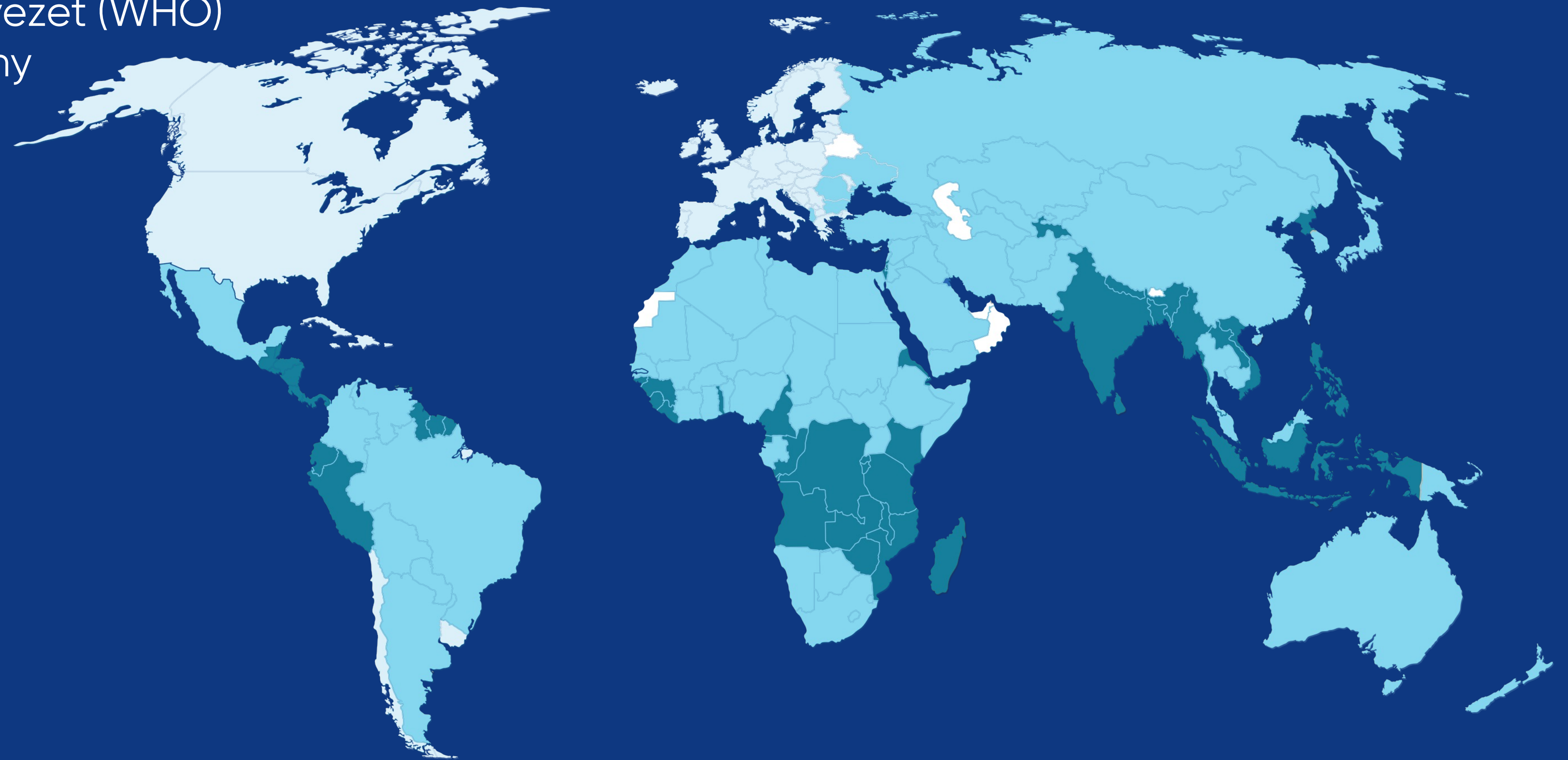


coralclub

A modern ember cinkhiányban szenved

Az Egészségügyi Világszervezet (WHO) becslése szerint a cinkhiány a lakosság **31 %-t^[4]** érinti.

Cink hiány körkép



Elég nehéz élelmiszerből elegendő **cinkhez** jutni^[5]

*A cink mennyisége a termék 100 grammjára vonatkozik

osztriga
~ 20 mg



rák
~ 6,4 mg



marhahús
~ 8,2 mg



Bárány comb
~ 10 mg



csirke
~ 0,8 mg



mandula
~ 3,5 mg



~ 0,5 mg
kesudió



~ 2,35 mg
zab



~ 0,35 mg
tehéntej



~ 0,5 mg
sült bab



~ 3,55 mg
sajt



~ 7,5 mg
tökmag

Ezenkívül a cinkszintet befolyásolja:

- ❖ **korlátozó étrend (pl. vegánok);**
- ❖ **a szervezet öregedése*;**
- ❖ fokozott rézbevitel**;
- ❖ **stressz;**
- ❖ nők esetében a fogamzásgátló tabletták használata***;
- ❖ különböző betegségek, hosszú felépülési időt igénylő sebészeti beavatkozások;
- ❖ gyakori alkoholfogyasztás;
- ❖ vízhajtó gyógyszerek szedése
- ❖ terhesség és szoptatás
- ❖ növekedési időszak serdülőknél

**A cink felszívódása az életkor előrehaladásával csökken.*

***A réz ugyanazokat a felszívódási utakat használja a szervezetben, és ugyanazokhoz a fehérjékhez kötődik, mint a cink. Ezért a túlzott rézbevitel esetén a cinkkel versenyezhet a szervezet felszívódásáért.*

****Ez növeli a rézszintet a szervezetben, és további cinket igényel.*

A cinkhiány okozhat:



Gyengült immunitást, fokozott fogékonyságot a betegségekre



Bőrszárazságot és bőrgyulladást



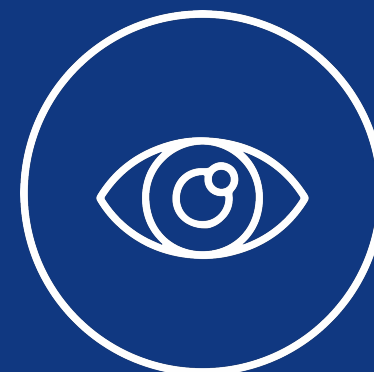
Vékonyodó, törékeny haját



A körömlemez elváltozásait



Szaglás- és ízérzékelés romlását

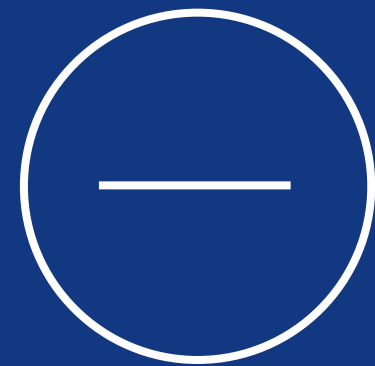


Csökkent látásélességet

Cink: felszívódás jellemzői

A cink a vékonybélben szívódik fel.^[6]

16-50%^[1] – az ételekből felszívódó cink mennyisége, egészséges embereknél.



A fitátok* és oxalátok** jelentősen csökkentik a cink felszívódását,^[7] mivel oldhatatlan vegyületeket képeznek a cinkkel.



Ezzel szemben egyes fehérjék növelik a cink biológiai hasznosulását, az aminosav és peptid komplexek képződésének köszönhetően***.

**A fitátok (más nevek: fitinsav, fitin) gabonafélékben, hüvelyesekben, diófélékben és magvakban található anyagok.

***Az oxalátok az élelmiszerekből származó oxálsav származékai.

****Az aminosavak és a peptidok a fehérjemolekulák építőkövei.

Tekintettel a cink fontosságára az egészségünk szempontjából és a felszívódásával kapcsolatos ismereteinkre, létrehoztuk egy új generációs, fokozott biológiai hozzáférhetőségű terméket.



Zinc Methionine 15 mg

Coral Zinc Methionine 15 mg
cink tartalmú étrend-kiegészítő
kapszula

Intelligens kapcsolat
a jó felszívódásért



Miért szívódik fel jól a cink-metionin?

- 1 Ebben a formában **a cink védve van a fitáttal és az oxaláttal való kölcsönhatásoktól**, amelyek megakadályozzák a vegyület más formáiban való felszívódását.
- 2 **a vegyület szerves kelát formája jól oldódik és ellenáll a gyomor-bélrendszerben bekövetkező pH-változásoknak***
- 3 A metionin **elősegíti a cink felszívódását**, szállítását és tárolását a szervezetben.

* a cink szervetlen formáihoz képest

Hatóanyag tartalom 1 napi adagban (1 kapszula):

cink (cink-mono-L-metionin-szulfát) **15 mg**

GMO-, szója-, és
gluténmentes.
Vegetáriánusok
számára is
alkalmas.

Gyártás helye:
Spanyolország

90 növényi
kapszula

Zinc Methionine 15 mg



Fokozott biológiai hozzáférhetőség a metionin aminosavnak köszönhetően



A cink hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez



A cink hozzájárul a normál szellemi működés fenntartásához



Zinc Methionine 15 mg

Kód: 2306

Bónusz pont

6

Klubtag ár

Kiskereskedelmi ár



coralclub

Zinc Methionine 15 mg

Coral Zinc Methionine 15 mg
cink tartalmú étrend-kiegészítő
kapszula

Intelligens kapcsolat
a jó felszívódásért



Zinc Methionine 15 mg

Szakirodalom

1. Maares, Maria & Haase, Hajo. (2020). A Guide to Human Zinc Absorption: General Overview and Recent Advances of In Vitro Intestinal Models. *Nutrients*. 12. 762. 10.3390/nu12030762.
https://www.researchgate.net/figure/Overview-of-zinc-distribution-and-disease-association-in-the-human-body-A-Approximate_fig1_339920239
2. Chien XX, Zafra-Stone S, Bagchi M, Bagchi D. Bioavailability, antioxidant and immune-enhancing properties of zinc methionine. *Biofactors*. 2006;27(1-4):231-44. doi: 10.1002/biof.5520270120. PMID: 17012778 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17012778/>
3. Dietary Reference Intakes for Vitamin A, Vitamin K, Arsenic, Boron, Chromium, Copper, Iodine, Iron, Manganese, Molybdenum, Nickel, Silicon, Vanadium, and Zinc. Institute of Medicine (US) Panel on Micronutrients. Washington (DC): [National Academies Press \(US\)](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK222317/#:~:text=The%20Recommended%20Dietary%20Allowance%20(RDA,11%20mg%2Fday%20for%20men); 2001.
[https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK222317/#:~:text=The%20Recommended%20Dietary%20Allowance%20\(RDA,11%20mg%2Fday%20for%20men](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK222317/#:~:text=The%20Recommended%20Dietary%20Allowance%20(RDA,11%20mg%2Fday%20for%20men).
4. A. Duffner, E. Hoffland, T.J. Stomph, A. Melse-Boonstra and P.S. Bindraban, 2014. Eliminating Zinc Deficiency in Rice-Based Systems. VFRC Report 2014/2. Virtual FertilizerResearch Center, Washington, D.C. 35 pp.; 1 table; 5 figs.; 1 text box; 200 ref.
https://www.researchgate.net/publication/261711178_Eliminating_Zinc_Deficiency_in_Rice-Based_Systems
5. Foods high in zinc <https://www.healthdirect.gov.au/foods-high-in-zinc>
6. Kondaiah P, Yaduvanshi PS, Sharp PA, Pullakhandam R. Iron and Zinc Homeostasis and Interactions: Does Enteric Zinc Excretion Cross-Talk with Intestinal Iron Absorption? *Nutrients*. 2019 Aug 13;11(8):1885. doi: 10.3390/nu11081885. PMID: 31412634; PMCID: PMC6722515.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6722515/>
7. B. Lonnerdal, Dietary factors influencing zinc absorption, *Journal of Nutrition* 130 (2000), 1378S–1383S <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10801947/>