

PRODUKTINFORMATION

# Cholin-3-Komplex

600 mg Cholin

## Beschreibung

- Cholin ist ein semi-essentieller Nährstoff und muss zum Teil über die Nahrung aufgenommen werden
- Cholin trägt zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion und zu einem normalen Fett- und Homocystein-Stoffwechsel bei
- höchste Rohstoffqualität aus deutscher Herstellung

Cholin-3-Komplex von NatuGena enthält die bioaktiven Formen Cholin-Dihydrogencitrat, L-Cholinbitartrat und L-Alpha-Glycerolphosphorylcholine (GPC).


Cholin kann in geringen Mengen vom Körper selbst hergestellt werden, allerdings ist eine Aufnahme durch die Nahrung unerlässlich. Somit gehört Cholin zu den semi-essentiellen Nährstoffen und wurde lange Zeit zu den B-Vitaminen gezählt (Vitamin B4).

Cholin wird von körpereigenen Stoffwechselprozessen in Membranbestandteile (Phosphatidylcholin), Lipide und in den Neurotransmitter Acetylcholin umgebaut. Acetylcholin, das erst im Körper aus Cholin gebildet wird, ist einer der wichtigsten und am längsten bekannten Neurotransmitter. Es leitet unter anderem die Muskelkontraktion und übt einen Einfluss auf Blutdruck, Aufmerksamkeit und die Verdauung aus.

Als lipotroper Faktor trägt Cholin zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel und Fettstoffwechsel sowie zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion bei. Cholin spielt eine Rolle beim Fettsäuretransport (Triglyceride) von der Leber in Regionen des Körpers, an denen es benötigt wird.

Man findet Cholin sowohl in tierischen Lebensmitteln wie Fleisch, Geflügel,

## Produktdaten

ART	Nahrungsergänzungsmittel	
ARTIKELNUMMER	2018139	
GTIN	4260633571391	
PPN	11 19063084 66	
PZN AT	5847244	
PZN DE	19063084	
INHALT	90 Kapseln (30-Tage-Packung)	
GEWICHT BRUTTO	82,5 g	
GEWICHT NETTO	46,52 g	
MASSE (Ø×H; CM)	4,9×9,3	
PRODUKTVERSION	1	



Fisch, Milchprodukten und Eiern, als auch in pflanzlichen Lebensmitteln wie Brokkoli, Kohlgemüse, Bohnen, Nüsse, Samen und Vollkorngetreide.

Das Produkt von NatuGena beinhaltet unter anderem L-Cholinbitartrat. Diese Form des Cholins wird vom Körper siebenmal besser aufgenommen als das in den meisten Nahrungsergänzungsmitteln verwendete Phosphatidylcholin.

Letzteres kann auch Magen-Darm-Probleme verursachen. L-Cholinbitartrat ist daher eine milde und gut verträgliche Alternative.

## Zutaten

Cholin-Dihydrogencitrat, L-Cholinbitartrat, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose (HPMC); L-Alpha Glycerolphosphorylcholine (GPC).

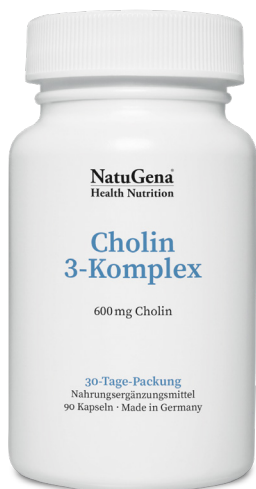
## Verzehrempfehlung


1-mal täglich 3 Kapseln. Optimal ist der Verzehr mindestens 30 Minuten vor oder nach einer Mahlzeit mit 250 ml stillem, lauwarmem Wasser oder wahlweise mit einer halben frisch gepressten Zitrone.

## Inhaltsstoffe

	PRO TAGESDOSIS (3 KAPSELN)	NRV <sup>1</sup>
Cholin-Dihydrogencitrat	574 mg	
- davon Cholin	200 mg	
L-Cholinbitartrat	488 mg	
- davon Cholin	200 mg	
L-Alpha GPC	204 mg	
- davon Cholin	200 mg	

<sup>1</sup> Referenzmengen für den durchschnittlichen Erwachsenen nach VO (EU) 1169/2011 (%).



-  farbstofffrei
-  glutenfrei
-  trenn- und bindemittelfrei
-  laktosefrei
-  100% vegan
-  vegetarisch



NatuGena-Produkte werden in Deutschland nach den Standards EN ISO 9001, GMP und HACCP hergestellt.

NatuGena GmbH  
Münchener Str. 149  
85051 Ingolstadt  
Deutschland

Tel.: +49 841 13 80 69 80  
Fax: +49 841 13 80 69 89  
Mail: [info@natugena.de](mailto:info@natugena.de)  
Web: [www.natugena.de](http://www.natugena.de)

PRODUKTINFORMATION

# Cholin-3-Komplex

600 mg Cholin

	PRO KAPSEL	NRV <sup>1</sup>
Cholin-Dihydrogencitrat	191,3 mg	
- davon Cholin	66,6 mg	
L-Cholinbitartrat	162,6 mg	
- davon Cholin	66,6 mg	
L-Alpha GPC	68 mg	
- davon Cholin	66,6 mg	

<sup>1</sup> Referenzmengen für den durchschnittlichen Erwachsenen nach VO (EU) 1169/2011 (%).

## Rechtlicher Hinweis

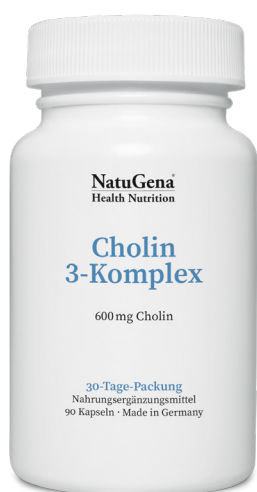
Dieses Produkt dient der Ernährung und berührt deshalb nicht das Heilmittelwerbegesetz (HWG). Ein guter Ernährungsstatus kann dem Organismus helfen Erkrankungen vorzubeugen oder diese zu überwinden. Alle zu dem Produkt getroffenen Aussagen beschreiben Eigenschaften und physiologische Wirkungen, die bei Konsumenten natürlicherweise unterschiedlich ausfallen können, und stellen keine Heil- oder Gesundheitsversprechen dar.

## Nahrungsergänzungsmittel

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie für eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Verschluss, kühl, trocken und lichtgeschützt lagern. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

## Reinsubstanzen-Prinzip

Nur Nährstoffe (keine Hilfsstoffe, keine Farbstoffe, laut Gesetz keine Konservierungsstoffe, keine technologischen Zusätze wie Binde- und Trennmittel, keine versteckten Zusatzstoffe, frei von Gluten, Geschmacksverstärkern, Lactose, Aromen, Soja).



-  farbstofffrei
-  glutenfrei
-  trenn- und bindemittelfrei
-  laktosefrei
-  100% vegan
-  vegetarisch