

# 5-HTP 100mg

## Uit Griffonia

- Uniek hoog geconcentreerd Griffonia simplicifolia extract (95%)
- Hoge dosering van de werkzame stof 5-HTP (100 mg)
- 5-HTP is geëxtraheerd uit het natuurlijke Griffoniaplantje

## Beschrijving

### Voorloper van serotonine

Het product 5-HTP 100 mg bevat een uniek hoog geconcentreerd Griffonia simplicifolia extract met maar liefst 95% aan de werkzame stof 5-Hydroxytryptofaan (5-HTP). De Griffonia struik is een plantsoort die in de natuur veel voorkomt in Centraal- en West Afrika. De zaden van dit gewas bevatten een rijkdom aan 5-HTP. Dit essentiële aminozuur passeert heel gemakkelijk de hersenbloedbarrière en wordt in de hersenen omgezet in de neurotransmitter serotonine, wat de voorloper is van het hormoon melatonine.

5-HTP is een reeds omgezette vorm van tryptofaan. Het probleem met tryptofaan is echter dat er een continue onderlinge strijd woedt met andere aminozuren om opname in de hersenen. Tryptofaan moet hierdoor strijden met aminozuren zoals leucine, valine, tyrosine en isoleucine. In de praktijk betekent dit dat tryptofaan gemiddeld maar voor 1/5 omgezet kan worden in serotonine.

Door 5-HTP 100 mg naast Multi Nacht te gebruiken, creëert u een krachtige variant van de Multi Nacht.

## Orthomoleculaire kennisbron

Vitakruid mag wettelijk gezien geen (complete) informatie verstrekken wat betreft toepassingen van dit supplement. Voor meer informatie kunt u altijd een orthomoleculaire kennisbron raadplegen.

## Dosering

Neem 1x daags 1 capsule, bij voorkeur 's avonds innemen. Niet gebruiken in combinatie met medicijnen die de hersenstofwisseling beïnvloeden zoals antidepressiva en kalmerende middelen.

## Ingrediënten

Aardappelzetmeel (vulstof), 95% gestandaardiseerd Griffonia simplicifolia-extract, Vegetarische HPMC capsule, Zonnebloemolie (flow verbeteraar).

Bevat geen: gluten, gist, lactose, kunstmatige kleurstoffen, smaakstoffen, conserveermiddelen of GMO.

Samenstelling per dosering (1 vega capsule)		RI*
<u>Griffonia simplicifolia-extract (95% 5-HTP)</u>	105 mg	**
Waarvan		
<u>5-HTP</u>	100 mg	**

\* Referentie-Inname \*\* Geen RI vastgesteld

## Veiligheid

Voorzichtigheid is geboden bij gebruik van medicatie die de aanmaak van serotonine bevordert. 5-HTP 100mg kan namelijk de werking van deze geneesmiddelen versterken. Bestel bij twijfel altijd onder voorbehoud van een veiligheidscheck door een gespecialiseerd apotheker.

Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn.

## Medicijngebruik controleren

Bij Vitakruid kun je kosteloos bij laten controleren of er interactie is tussen jouw voorgeschreven medicijnen en de bestelde supplementen. Deze controle wordt uitgevoerd door een gespecialiseerd apotheker.