

Diese nicht-essentielle Aminosäure ist eine Vorstufe der Neurotransmitter Norepinephrin und Dopamin und ist u. a. für **Gemütsverfassungen** verantwortlich. Ein Tyrosinmangel führt zu einem Defizit an Noradrenalin im Gehirn, welches eine Depression verursachen kann. Tyrosin hat außer einer antidepressiven auch eine stimulierende Wirkung.

## ZUTATEN:

L-Tyrosin, Füllstoff: Mikrokristalline Cellulose, Trennmittel: Magnesiumsalze von pflanzlichen Speisefettsäuren und Siliciumdioxid, pflanzliche Kapsel (Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser)

## NÄHRWERTE:

**2 Kapseln (1.436 mg)**

L-Tyrosin ..... 1.000 mg

## Gemütsverfassung

**Chronische Müdigkeit**

## IST ERHÄLTlich ZU:

60 Kapseln mit je 500 mg

## VERZEHREMPFEHLUNG:

Täglich 1-2 Kapseln zu den Mahlzeiten

## PFLANZLICHE KAPSEL:

Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser

## HINWEIS:

Während der Schwangerschaft und Stillzeit sollte dieses Produkt nicht eingenommen werden. Bei der Einnahme von Medikamenten (Schilddrüsenmedikation, Hormontherapie, Dopamin, Antikonceptiva) sowie in besonderen medizinischen Situationen (Schilddrüsenüberfunktion, Morbus Basedow) sollten Sie vor der Einnahme einen Therapeuten fragen. Bei Übelkeit, Kopfschmerzen, Müdigkeit, Sodbrennen oder Gelenkschmerzen brechen Sie die Einnahme ab

Tyrosin-Nahrungsergänzungen werden häufig verabreicht, um **Stress** zu reduzieren oder sich vor ihm zu schützen. Tyrosin wirkt gegen **Depressionen, Gereiztheit, Angstzustände, chronische Müdigkeit und zur Steigerung der Konzentration**. Außerdem hilft es bei **Entzugserscheinungen** durch suchtauslösende Stoffe, wie z. B. Drogen, Alkohol, Zigaretten etc.

Tyrosin stimuliert die **Melaninproduktion** und wirkt auf die Funktionen der **Adrenalin-, Schild- und Schleimdrüsen**. Zusammen mit Jod bildet die Aminosäure Tyrosin das Schilddrüsenhormon. Daher besteht auch ein Zusammenhang zwischen einem niedrigen Tyrosinspiegel im Plasma und einer Schilddrüsenunterfunktion. Symptome für einen Tyrosinmangel sind eine herabgesetzte Körpertemperatur und ein niedriger Blutdruck.

Klinische Studien, bei denen Tyrosin gegen **Depressionen** verabreicht wurde, haben gezeigt, daß eine Nahrungsergänzung mit dieser Aminosäure eine gute Alternative zur Verschreibung von Antidepressiva darstellt. Desweiteren wurde beobachtet, dass niedrige Tyrosin-Dosierungen wirkungsvoller sind als hohe.

Art der Anwendung: Tyrosin-Nahrungsergänzungen sollten nüchtern oder mit einer kohlenhydratreichen Mahlzeit eingenommen werden, um ihre Resorption nicht durch andere Aminosäuren zu beeinträchtigen. Die Einnahme von Aminosäuren sollte mit Wasser oder Saft erfolgen.

Für Tyrosin sind keine Nebenwirkungen bekannt. Für die Umwandlung des Tyrosins in Neurotransmitter werden Vitamin B6, Folsäure und Kupfer benötigt.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden

Kühl, trocken und dunkel lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren

Das Produkt ist **ohne Zusatz von:** Zucker, Stärke, Hefe, Weizen, Mais, Milch, Ei, Soja, Zitrusfrüchten, künstlichen Farb-, Geschmacks- und Konservierungsstoffen

**NAHANI**-Produkte sind nicht-rezeptpflichtige Nahrungsergänzungsmittel

Die hier aus der Fachliteratur zusammengestellten Informationen ersetzen nicht den medizinischen Rat eines Therapeuten