

**M.S.M. (Methylsulfonylmethan)** ist ein Sulfurmolekül, das in der Atmosphäre, in Pflanzen sowie im tierischen und menschlichen Organismus vorkommt. Sulfur (Schwefel) ist für die gesunde Funktion unseres Organismus unerlässlich. Es ist maßgeblich beteiligt am Aufbau des Bindegewebes, besonders von jenem mit einem reichen Anteil an Proteinen (roten Blutkörperchen, Muskeln, Haut, Haare, Nägel). Es ist ein wesentlicher Bestandteil von Enzymen, unterstützt Entgiftungsprozesse und schützt das Protoplasma der Zellen vor Schadstoffen. Schwefelhaltige Aminosäuren wie Methionin und Cystein sind verantwortlich für den Aufbau von Proteinen und daher auch für das Wachstum und die Erneuerung von Zellen.

#### ZUTATEN:

Methylsulfonylmethan 100 % rein, Trennmittel: Magnesiumsalze von pflanzlichen Speisefettsäuren und Siliciumdioxid, pflanzliche Kapsel (Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser)

#### NÄHRWERTE:

	4 Kapseln	6 Kapseln
M.S.M. (Methylsulfonylmethan).....	3.400 mg	5.100 mg

#### Natürliches Analgetikum

100 % reines Methylsulfonylmethan

#### IST ERHÄLTlich ZU:

90 Kapseln mit je 850 mg

#### VERZEHREMPFEHLUNG:

2-3 x täglich 2 Kapseln zu einer Mahlzeit. Nicht kurz vor dem Schlafengehen einnehmen. Die Einnahme (bei starken Beschwerden steigernd bis zu 10 Kapseln) sollte gleichmäßig über den Tag verteilt werden

#### PFLANZLICHE KAPSEL:

Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; reines Wasser

#### HINWEIS:

Während der Schwangerschaft und Stillzeit sollten Sie vor der Einnahme dieses Produkts Ihren Therapeuten fragen. Bei manchen Personen könnten Blähungen, Obstipation oder Verdauungsstörungen auftreten. Fragen Sie Ihren Therapeuten, falls sich die Symptome verschlimmern

Schon **kleine Mengen von M.S.M. verstärken die positive Wirkung von Aminosäuren**. Erst durch das im Cystein enthaltene Sulfur kann sich auch dessen **antioxidative Wirkung** entfalten. Sulfur darf nicht verwechselt werden mit Sulfit, das oft als Konservierungsstoff im Wein und in Trockenfrüchten verwendet wird.

M.S.M. ist ein Hauptbestandteil von DMSO (Dimethyl-Sulfoxid), das im Lignin enthalten ist. Lignin ist jener Stoff, der in Bäumen die Holzfasern bindet. Aufgrund der positiven Studienergebnisse an der DMSO-Klinik der amerikanischen *Oregon Health Science University* in Portland wurde DMSO seit den frühen 80er Jahren in der Human- und Veterinärmedizin erfolgreich als Analgetikum bei arthritischen Beschwerden eingesetzt. Bedauerlicherweise war der unangenehme Geschmack des Präparats für viele Patienten ein Grund, die Therapie abzusetzen. Indem man DMSO das gerucherzeugende DMS (Dimethyl-Sulfid) entzog, konnte die geruchlose Form von M.S.M. hergestellt werden.<sup>1-2</sup>

**M.S.M.** liefert biologisch aktives Sulfur. Aufgrund zahlreicher klinischer Erfahrungen gilt es als idealer **SCHMERZSTILLER**. Die analgetische Wirkung von Methylsulfonylmethan liegt darin, dass es die Übertragung von Schmerzimpulsen entlang der C-Nervenfasern blockiert, wodurch der Schmerz nicht zum Gehirn geleitet wird. Bei **Entzündungen und Schwellungen** verhindert M.S.M., dass sich kollagenbildende Fibroblasten wuchernd vermehren und schmerzhaft auf Nerven und Gewebe drücken.<sup>1-4</sup>

Die **durchblutungsfördernde Wirkung** von M.S.M. unterstützt Heilungsprozesse in beschädigtem Gewebe.<sup>2</sup>

Wegen seiner **schmerzstillenden, entzündungshemmenden, muskelentspannenden** und **durchblutungsfördernden** Eigenschaften wird M.S.M. empfohlen bei:<sup>5</sup>

Osteoarthritis	Spannungskopfschmerzen
Rheumatoide Arthritis	Interstitielle Zystitis
Fibromyalgie	Sklerodermie
Rückenschmerzen	Gürtelrose
Verstauchungen und Zerrungen	Karpaltunnelsyndrom
Beschwerden in der Skelettmuskulatur	Entzündliche Darmerkrankungen
Sehnenscheidenentzündung	Posttraumatische Schmerzen und Entzündungen
Schleimbeutelentzündung	Zahnfleischentzündung (äußere Anwendung)
Heuschnupfen (MSM blockiert die Aufnahme von Histamin in der Nasenschleimhaut)	

**M.S.M.** ist nebenwirkungsfrei und untoxisch. Die Wirkung von **Glucosaminsulfat** wird durch M.S.M. deutlich erhöht.

## Literatur:

- 1 Kim, Y. H., Kim, D. H., Lim, H., Baek, D. Y., Shin, H. K., & Kim, J. K. (2009). The anti-inflammatory effects of methylsulfonylmethane on lipopolysaccharide-induced inflammatory responses in murine macrophages. *Biological and Pharmaceutical Bulletin*, 32(4), 651-656.
- 2 Nakhostin-Roohi, B., Barmaki, S., Khoshkharesh, F., & Bohlooli, S. (2011). Effect of chronic supplementation with methylsulfonylmethane on oxidative stress following acute exercise in untrained healthy men. *Journal of Pharmacy and Pharmacology*, 63(10), 1290-1294.
- 3 Usha, P. R., & Naidu, M. U. R. (2004). Randomised, double-blind, parallel, placebo-controlled study of oral glucosamine, methylsulfonylmethane and their combination in osteoarthritis. *Clinical drug investigation*, 24(6), 353-363.
- 4 Kim, L. S., Axelrod, L. J., Howard, P., Buratovich, N., & Waters, R. F. (2006). Efficacy of methylsulfonylmethane (MSM) in osteoarthritis pain of the knee: a pilot clinical trial. *Osteoarthritis and Cartilage*, 14(3), 286-294.
- 5 Jacob, S. W. (1999). *The miracle of MSM: the natural solution for pain*. Penguin.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und gesunde Lebensweise 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, Soja, 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