

Allgemein:

Bewegung ist äußerst wichtig. Nur durch die Bewegung findet der Austausch zwischen Synovia (Gelenkflüssigkeit) und Knorpel statt, wodurch eine Art Pumpeffekt erzeugt wird. Bei Belastung tritt Flüssigkeit aus dem Knorpelgewebe aus und bei Entlastung saugt der Knorpel wieder Flüssigkeit auf (ähnlich wie bei einem Schwamm). So ernährt sich der Knorpel.

Deshalb ist es wichtig, dass die Synovia mit Gelenknährstoffen angereichert ist. Gerade bei chronischen Problemen sollte immer ein gewisser Spiegel an diesen Substanzen vorhanden sein.

Schwefel:

Wichtig zur Bildung von Knorpelsubstanz

Bereitstellung über Kurkuma, Brennessel (antioxidative, zellschützende Schwefelquelle), DL- Methionin (schwefelhaltige Aminosäure) und MSM (organischer Schwefel).

Somit 3-Schwefelquellen in alpha und beta für eine wesentlich besser Bioverfügbarkeit!

Eine zu intensive Zufütterung von Schwefel in Form organischer Schwefelverbindungen wie MSM ist kritisch zu sehen, da Resorptionsstörungen gegenüber anderen Spurenelementen nicht ausgeschlossen werden können und zu hohe Schwefelmengen als Säurebildner langfristig Magen, Darm und Lunge schädigen können (Bildung von aggressiver Schwefelsäure im Stoffwechsel mit entsprechenden Folgen massiver Übersäuerung). 5g MSM täglich sind mehr als ausreichend!

Brennessel:

Einer der wichtigsten Lieferanten von regenerationsfördernden Stoffen und Katalysatoren für die enzymatischen Prozesse wie Schwefel, Kupfer und Silizium

Entgiftend (auch für Knorpel- und Bindegewebe), immunsystemanregend, antibakteriell (Schutz vor infektiösen Keimen, die auch die Gelenkgesundheit beeinträchtigen können), gelenkaufbauend, stoffwechselanregend. Unterstützt die Nieren und auch die Leber

Hagebutte:

Einer der wichtigsten Lieferanten von regenerationsfördernden Stoffen und Katalysatoren für die enzymatischen Prozesse, wie Mangan und Vitamin C.

Antioxidative und zellschützende Wirkung. Entzündungslindernde Eigenschaften, da entsprechende Botenstoffe von Entzündungen eingedämmt werden. Die enthaltenen Galaktolipide mildern den Entzündungsprozess.

Teufelskralle:

Stark entzündungshemmend durch ihre Bitterstoffe und schmerzlindernd.

Weihrauch:

Stark entzündungshemmend, enthält ätherische Öle. Es ist sogar in Diskussion, Weihrauch als Arzneimittel einzustufen.

Glucosamin:

Wichtiger Baustein für Sehnen, Bänder, Gleit- und Dämpfungsschichten des Gelenks (sprich Knorpel und Gelenkflüssigkeit), schmerzlindernd und entzündungshemmend, hilft auch bei chronischen Gelenkverletzungen, stimuliert die Produktion von körpereigenen Knorpelbausteinen.

Chondroitin:

Eines der wichtigsten Glycosaminglycane im Knorpel, verstärkt die Wirkung von Glucosamin.

Grünlippmuschel:

Liefert Glycosaminglykane in Ihrer natürlichen Form, plus hochwertige Omega 3 Fettsäuren (entzündungshemmend, positiver Effekt auf Gelenke und Muskulatur, bei Atembeschwerden, Haut- und Hufproblemen)

Hyaluronsäure:

Wichtiges Glycosaminglycan, Bestandteil der Synovia (Gelenkschmiere) und sorgt für eine stabile Durchlässigkeit was extrem wichtig für ist für die Nahrung des Gelenkknorpels, Linderung von Gelenksergüssen in Studien belegt. Sorgt für die optimale Viskosität der Synovia, was für die Dämpfung und somit den Knorpelschutz sehr wichtig ist.

Kollagenhydrolysat:

Knorpelaufbauende Wirkung, fördert die Synthese von Kollagen im Gelenkknorpel, Bereitstellung von hochwertigen essentiellen Aminosäuren für alle wichtigen Aufbauprozesse in Gelenken, Muskulatur, Sehnen und Bändern.

Kieselkur:

Lieferant des wichtigen Strukturelements Silizium (für Knochen/Gelenke), entgiftend/reinigend

Leinmehl:

Stoffwechselfördernd, enthält organisch gebundenes Selen, Ballaststoffe und ungesättigte Fettsäuren.

MSM:

Wichtiges Struktur- und Aufbauelement Schwefel, Verbessert die Hufstruktur, schmerzlindernd;

Wichtig: Angemessene Dosierung von nicht mehr als 10g täglich!