
Subject: Info Nem "ZINK"

Posted by [tvtotalfan](#) on Mon, 07 Nov 2005 13:17:49 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hab hier ne Info über Zink reingestellt, wäre doch gut wenn man das auch für andere Sachen macht die mit HA zusammenhängen könnten.

Aminosäure-Chelate, also organische Eiweiß-Mineral-Verbindungen, können vom Körper optimal aufgenommen werden. Nachweislich haben sie die beste Bioverfügbarkeit (Aufnahme durch den Körper) von sämtlichen Mineral-Verbindungen.

Zink-Mangel? Zinkmangel äußert sich u.a. in Lustlosigkeit, nachlassenden Abwehrkräften, verzögerter Wundheilung, aufgerissenen Mundwinkeln, schlechtem Haut- und Haarzustand.

Zink - gut fürs Immunsystem, für Haut, Haare und Nägel.

Merke! · Sexuelle Probleme? · Stressgeplagt? · Raucher? · Schwanger oder während der Stillperiode? Ihr Körper braucht viel Zink! P.S. Alkohol ist ein Zink-Räuber!

Was stört die Zink-Aufnahme?

- Vegetarier leiden häufig an Zinkmangel, da pflanzliches Zink schlechter verwertet wird als tierisches.
- Östrogenzufuhr (also „starke Pillen“) bewirkt Zinkmangel
- Bestimmte Antibiotika (Tetrazykline) hemmen die Zink-Verwertung
- Darmerkrankungen, wie Morbus Chron, Dickdarm-Geschwüre, entzündliche Magen/Darm-Erkrankungen und Fettstuhl stören die Zink-Aufnahme.
- Erhöhte Schwermetallbelastung
- Erhöhte Calcium- und Magnesiumzufuhr

Welche Folgen hat Zink Mangel? Zink ist Bestandteil des Zuckerhormons Insulin, welches den Blutzucker verwertet. Produziert der Körper zu wenig Insulin, so steigt der Zuckerspiegel im Blut (Diabetes). Zinkgaben steigern die Insulinproduktion und verbessern somit die Zuckerverwertung.

Die Abwehrfunktion unseres Körpers gegen Keime und andere Fremdstoffe ist in hohem Maße vom Zinkhaushalt abhängig. Zinkgaben stärken daher unser Abwehrsystem.

Zink ist auch ein wichtiges Mineral für den Hautstoffwechsel: Schuppenflechte, Ekzem, trockene Haut, brüchige Nägel und Haarausfall sind oft in einem Zinkmangel begründet. Diese Beschwerden können durch Zink-Gaben gelindert werden. Darüber hinaus beeinflusst Zink positiv die Bildung und Entwicklung der Keimzellen.

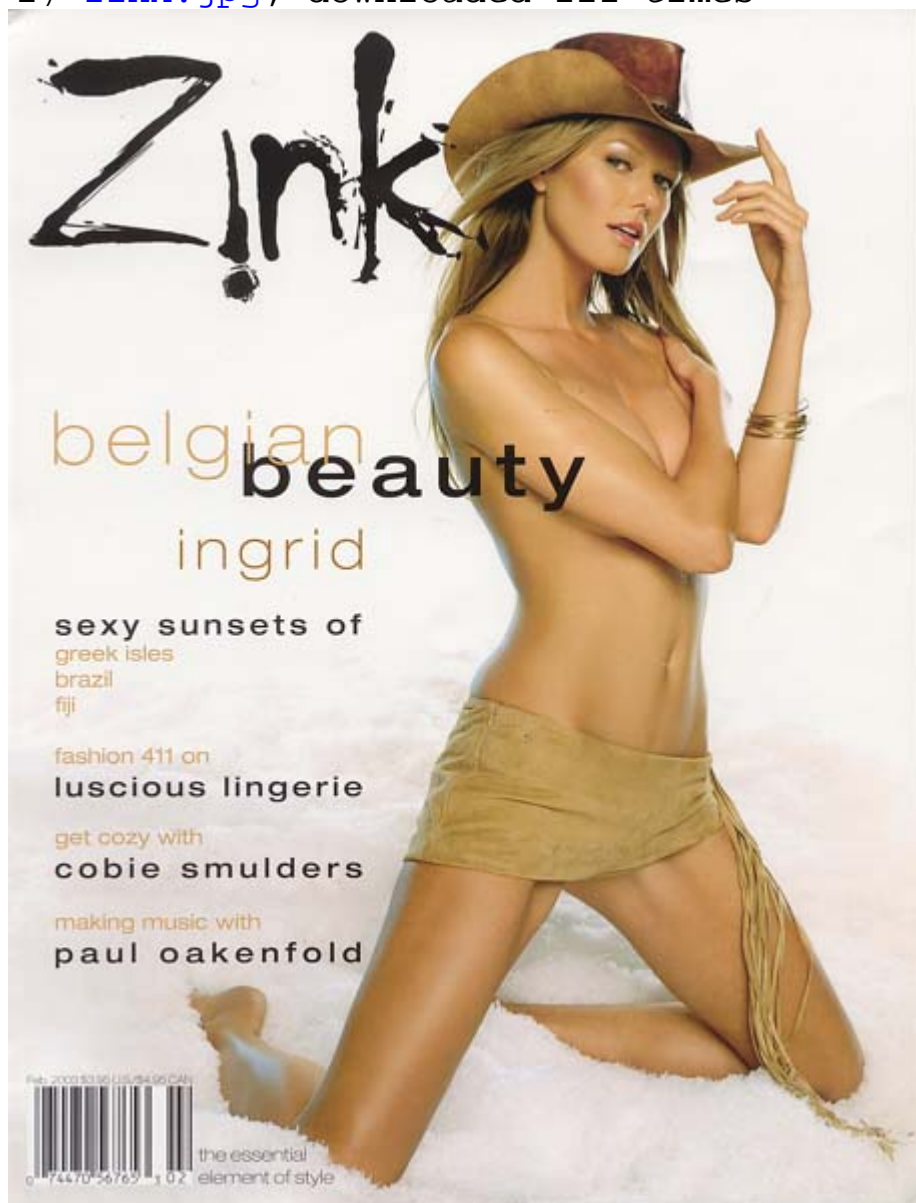
Zink-Mangel kann zu sexuellen Entwicklungsstörungen, Unfruchtbarkeit und Impotenz führen. Auch unregelmäßige Monatsblutungen können die Folge eines Zink-Mangels sein.

Überdosierung: 300 mg Zink täglich über mehrere Wochen bewirkt eine erhöhte Kupfer- und Mangan-Ausscheidung. Metallischer Geschmack, Kopfschmerzen, Erbrechen und

Durchfälle sind typische Symptome für eine Zink-Überdosierung.

File Attachments

1) [zink.jpg](#), downloaded 212 times



Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"

Posted by [mare](#) on Tue, 08 Nov 2005 20:43:56 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wo sollte ich mir am besten ZINK holen apotheke/drogerie/online shop??? und wieviel davon wärn ok?

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"

Posted by [tvtotalfan](#) on Tue, 08 Nov 2005 20:58:44 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wo Dus herholst ist mehr oder weniger egal, achte am Besten drauf dass es ein Amino-Chelat ist. Ich hab meins von Ebay in Pulverform.

normale Dosierung: 15-30mg täglich.

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"

Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 08 Nov 2005 20:59:44 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

macht 15, nicht 30..

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"

Posted by [mare](#) on Tue, 08 Nov 2005 21:09:13 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sorry aber amino chelat??? hab keine ahnung was das heißt...könnt ihr mir das erläutern.

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"

Posted by [tvtotalfan](#) on Wed, 09 Nov 2005 18:43:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aminosäure Chelat

Das ist ein Begriff der ein an eine Aminosäure gebundenes Mineral beschreibt. Der menschliche Organismus kann die in solcher Form gebundenen Mineralien leichter aufnehmen als die Standarddarreichung in Form von Oxiden.

Ich hab mein Zink Amino Chelat bei ebay gekauft, einfach mal suchen..., hab für 40g mit 20% Zinkanteil 14 Euro bezahlt, nehme davon pro Tag 1 Messerspitze voll im O-Saft aufgelöst, das reicht somit etwa 1 Jahr.

Auf der Verpackung steht die empfohlene Einnahmemenge von 75-150mg pro Tag.

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"

Posted by [mare](#) on Thu, 10 Nov 2005 12:52:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

leider finde ich bei ebay garnix zu ZINK... kannst du mir vllt genau sagen was du da eingibst?

habe alles möliche schon veruscht: zink/zink amino chelat/nem/ nahrungsergänzungsmittel/
usw...

oder vll andere preiwerte alternativen? online shop oder apotheke oder sonst was...?!

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"
Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 10 Nov 2005 13:40:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo, also zink tabletten sind nicht teuer...schau mal da:

http://www.warnkevitale.com/advanced_search_result.php?keywords=zink&Msid=4a745bc2f503eb845757a108633d2f01

da hast du auch gleich 15 mg in einer tab...

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"
Posted by [tvtotalfan](#) on Thu, 10 Nov 2005 13:50:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, schon billig, aber das ist ja auch ein Zinksulfat und kein Amino-Chelat.

Hab gerade auch auf ebay geschaut, da ist im Moment wirklich nix dazu drinnen, wer will dem schicke ich die Email von dem, bei dem ich das bestellt habe, einen online-shop hat der noch nicht, hat aber Sachen auf Vorrat und wirkt sehr seriös, einfach pm an mich und fragen müsst ihr dann halt selber. Bezahlung per Paypal oder vorheriger Überweisung möglich.

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"
Posted by [Ralf](#) on Mon, 14 Nov 2005 09:54:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
welches Zinkpräparat nehmt Ihr ?
Ich habe weder in meiner Apotheke noch bei ebay ein Zinkchelate in Pulverform bekommen ?
Vielleicht könnt Ihr mir ein paar Namen und die Bezugsquelle nennen.
Danke.

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"

Posted by [tvtotalfan](#) on Mon, 14 Nov 2005 09:58:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe meines auf Ebay bestellt. Der Verkäufer hat einen privaten Laden und hat mir ein Zertifikat per Post noch extra zugeschickt weil ich drum gebeten habe, ist wirklich seriös und verkauft gute Ware. Das Teil werde ich mal scannen wenn ich mehr Zeit hab und hier anfügen. Bei Bestellung einfach Mail an diesen hier:

khueppeler@web.de

Produktbezeichnung: Zink-Aminosäurenchelat (20%Zn)

Er verkauft es zu 40g und mehr

Bei 40g reicht ca. 1 Messerspitze davon um den Tagesbedarf (15mg) zu decken.

...ach ja, und 40g kosten dort knapp 15 Euro, reicht dann aber auch knapp 1 Jahr !

File Attachments

1) [IMG.jpg](#), downloaded 149 times

Analysezertifikat



Interne Artikelnummer: 910000004000

Produktbezeichnung: ZINK-Aminosäurechelat (20% Zn)

Herstellungsdatum: Juli 2005

Lagerungshinweise: kühl und trocken lagern

Analyse	Spezifikation	Ergebnis	Methode
Zink (Zn)	20-22	22%	ICP/AES
Blei (Pb)	> 5 ppm	1 ppm	ICP/MS
Farbe	weiß bis cremefarbig	entspricht	visuell
Trocknungsverlust	< 6%	entspricht	Electrobalance
Dichte	0,8 1,3 g/cc	0,91 g/cc	Tap
% bis einschließlich 20 Mesh	80 – 100%	100%	Ro-Tap
% bis einschließlich 60 Mesh	30 – 100%	81%	Ro-Tap
% bis einschließlich 140 Mesh	10-60%	32%	Ro-Tap
Gesamtkeimzahl	< 3,000 cfu/g	< 100 cfu/g	BAM 8th
Colibakterienkeimzahl	< 100 cfu/g	< 10 cfu/g	AOAC 991.14
Hefe	< 300 cfu/g	< 100 cfu/g	BAM 8th
Schimmel	< 300 cfu/g	< 100 cfu/g	BAM 8 th
Salmonellen	negativ	negativ	Petrifilm
E.Coli	negativ	negativ	AOAC 991.14
Staphylococcus aureus	negativ	negativ	BAM 8th

Die oben angeführten Informationen ersetzen keine Qualitätskontrolle beim Eingang des Produktes durch den Empfänger!

Dieses Dokument wurde automationsunterstützt erstellt.

Es bedarf somit keiner Unterschrift.

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"
Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 14 Nov 2005 17:01:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

musst ja kein zinkchelat nehmen ?

Subject: Re: Info Nahrungsergänzungsmittel (Nem) "ZINK"
Posted by [tvtotalfan](#) on Tue, 15 Nov 2005 12:13:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

musste natürlich nicht, wird aber wohl besser vom Körper aufgenommen...
