



Carnosin 250 mg

körpereigener Schutz vor Glykosilierung

Carnosin - ein Dipeptid aus den Aminosäuren Histidin und Beta-Alanin - kommt natürlicherweise im menschlichen und tierischen Körper vor. Besonders reich an Carnosin sind Muskeln, Neuronen (Nervenzellen des Gehirns) und die Augenlinse.

Carnosin wird heute eine hohe Bedeutung bei der Verhinderung von Altersprozessen zugeschrieben. Alterserscheinungen wie Morbus Alzheimer, diabetische Spätschäden oder Grauer Star werden zunehmend auf die Degeneration von Nervenzellen im Gehirn zurückgeführt und der mangelnden Fähigkeit des Organismus, sich ständig zu entgiften und mit oxidativem Stress umzugehen.

Mit dem Alter nimmt der Carnosinspiegel ab. Studien haben zwischen dem 10. und 70. Lebensjahr einen Rückgang von 63% ergeben. Bei Tieren konnte ein Zusammenhang zwischen dem Carnosin-Status und der Lebensspanne gezeigt werden.

Carnosin verhindert Glykosilierung

Bei der Glykosilierung (Protein-Zucker-Reaktionen) verbinden sich reaktive Aldehyde (enthalten Zucker) mit körpereigenen Proteinen. Es entstehen Glykosilierungsendprodukte, sogenannte AGEs (Advanced Glycation Endproducts), die zu Quervernetzungen (cross-linkage) mit weiteren Proteinen oder auch dem Erbmateriale führen, die dann in ihrer Struktur und ihrer normalen Funktion geschädigt sind. Carnosin schützt die körpereigenen Eiweiße vor dem Glykosilierungsvorgang und verhindert die Quervernetzungen. [Hippkiss AR, Preston JE, Himsworth DT et al. Pluripotent protective effects of carnosine, a naturally occurring dipeptide. Ann NY Acad Sci. 1998; 854:37-53].

Carnosin verjüngt die Zellen

Die Anzahl möglicher Zellteilungen ist beschränkt (Hayflick Phänomen). Zellen, die in die Nähe der Hayflick-Grenze kommen, teilen sich nicht mehr so oft und weichen von ihrer Größe und Form ab. Wurden derart alte Fibroblasten in ein Medium mit Carnosin gegeben, so nahmen sie die Struktur und das Aussehen junger Zellen an. Gleichzeitig erhöhte sich die Zellteilungsfähigkeit über angenommene Grenze hinaus. [Kantha et al. Carnosine sustains the retention of cell morphology in continuous fibroblast culture, Biochem Res Commun. 1996; 223(2):278-82]

Carnosin als Antioxidans

Carnosin hemmt die Oxidation der mehrfach ungesättigten Fettsäuren in den Zellmembranen (Lipidperoxidation) und erhöht gleichzeitig ihre Durchlässigkeit. [Glyaeva et al. Carnosine prevents activation of free-radical lipid oxidation during Stress. Bull Exp Biol Med. 1989; 107[2]:148-152]

Carnosin zur Entgiftung

Carnosin ist in der Lage, Kupfer und Zink im Gehirn zu puffern und die Hirnzellen vor den potentiell toxischen Wirkungen zu schützen. Darüber hinaus scheint Carnosin auch die Entgiftungssysteme der Leber zu unterstützen. [Cherny et al. Alzheimer's disease, amyloid deposits by biometal depletion. J Biol Chem. 1999]

Aufgrund der glykosilierungs-hemmenden, antioxidativen und entgiftenden Wirkung zählt Carnosin zu den Vitalstoffen, die vor neurodegenerativen Vorgängen schützen können. [Quinn et al. Carnosine: its properties, functions and potential therapeutic applications. Mol Aspects Med. 1992; 13(5):379-444]

Einnahmeempfehlung:

Täglich 1 Kapsel oder wie empfohlen.

1 vegetarische Kapsel enthält:

Carnosin 250 mg

pharmazeutische Qualität

Frei von sämtlichen Hilfs- und Füllstoffen
Für Vegetarier geeignet

Flasche mit 90 veg. Kapseln Nr. 0156