

ZINKBALANS

zink, koppar



Zink och koppar i balans.

Zink och koppar

Zink och koppar arbetar tillsammans i kroppen och behöver finnas i rätt proportion för att mineralbalansen ska fungera optimalt. När zink tillförs utan hänsyn till koppar kan helheten rubbas. Den här kombinationen ger därför zink i en effektiv dos samtidigt som koppar tillförs i en balanserad mängd, vilket gör att kroppen kan använda mineralerna på det sätt som den är byggd för.

Varför har Anna satt ihop dessa tillsammans?

Anna har valt att sätta ihop zink och koppar därför att kroppen använder dessa mineraler tillsammans och är beroende av rätt proportion mellan dem.

Zink är centralt för många av kroppens dagliga funktioner, men vid högre intag kan balansen rubbas om koppar inte samtidigt finns tillgängligt.

Genom att kombinera dem i samma tillskott ges zink i en effektiv och användbar dos, samtidigt som koppar bidrar till att mineralomsättningen förblir i balans.

ZINKBALANS passar särskilt under perioder då kroppen behöver extra resurser, till exempel vid stress, ensidig kost eller efter ökad belastning. Kombinationen gör det möjligt att dra nytta av zinkens funktioner utan att skapa obalans över tid. Resultatet är ett tryggt, genomtänkt och långsiktigt sätt att stödja kroppens naturliga mineralbalans.

Passar bra ihop med KOMPLETT C.

Spännande överkurs

Zink och koppar är två mineraler som arbetar tätt tillsammans i kroppen och behöver finnas i rätt balans för att fungera optimalt. Zink bidrar till immunsystemets normala funktion och spelar en viktig roll för hud, hår och naglar. Det deltar även i normal proteinsyntes och i kroppens omsättning av kolhydrater, fettsyror och andra makronäringsämnen, samt hjälper till att skydda cellerna mot oxidativ stress. Koppar bidrar till normal energiomsättning och nervsystemets normala funktion och behövs för normal pigmentering av hud och hår. Tillsammans stödjer zink och koppar kroppens dagliga mineralbalans och de många processer som pågår varje dag.

Kan man kompensera kosten med tillskott?

Kroppen är i grunden byggd för att få sina mineraler via maten. I en ideal vardag äter vi regelbundet ostron, kött, lever, nypon, nötter och frön, livsmedel som naturligt innehåller zink i former och mängder som kroppen är van vid. Då sköts balansen mellan zink och koppar oftast automatiskt genom kosten, där till exempel lever och nypon bidrar med koppar. I verkligheten ser det inte alltid ut så.

Stress, ensidig kost, lågt intag av animaliska livsmedel eller perioder av hög belastning kan öka behovet samtidigt som intaget minskar. Då kan tillskott fungera som ett komplement för att tillfälligt jämna ut balansen. Nyckeln är att använda tillskott med respekt för kroppens egen logik, i rätt dos, rätt mix och under rätt tid.

Ingredienser

Fyllnadsmedel (tapiokastärkelse), zink (-bisglycinat), koppar (-glukonat), vegetabilisk kapsel (pullulan).

Innehåll per daglig dos (1 kapsel)

Zink: 30 mg (300 % NRV)

Koppar: 3 mg (300 % NRV)

Förpackning

60 kapslar

Rekommenderad daglig dos

1 kapsel

Intag och användning

Överskrid inte rekommenderad daglig dos. Kosttillskott bör inte användas som ersättning för en varierad kost och hälsosam livsstil. Avsedd för vuxna. Rekommenderas inte till gravida eller ammande utan rådgivning från vårdpersonal. Förvaras torrt, svalt och utom räckhåll för små barn.

“Är det marginellt eller betydande?”

Anna Hallén