MELATONINE PLATINUM: verrassend veelzijdig inzetbaar voedingssupplement

Melatonine is een klein hormoontje met een korte halfwaardetijd, dat onder meer door de epifyse in de hersenen en door de maagdarmslijmvliezen wordt aangemaakt. Bekend is de rol van melatonine als "chronobioticum", waardoor het vaak bij slaapstoornissen en jetlag wordt ingezet. Maar de laatste jaren zijn zoveel eigenschappen en biologische functies van melatonine opgehelderd zoals een antioxidante en anti-aging werking en een modulerende of regulerende werking op immuniteit, stress, pijnsignalen en spijsverteringstractus, dat het als een "pleiotroop" middel bij een hele waaier van aandoeningen nuttig kan zijn en ook kan bijdragen tot een optimaal algemeen welbevinden. MELATONINE PLATINUM van Mannavital bevat de maximaal toegelaten hoeveelheid voor voedingssupplementen van 0,29 mg melatonine, een dosis die mits opname via de slijmvliezen onder de tong zeker adequaat te noemen is.

Actieve ingrediënten per V-smelttablet:
- **0,29 mg Melatonine, kwaliteit: natuuridentiek**
- **1,5 mg vitamine B6 o.v.v. de actieve pyridoxal-5'-fosfaat:** omdat vitamine B6 een belangrijke cofactor is in de aanmaak van de rustgevende serotonine en van het slaapinducerende melatonine

Gebruik: 1 smelttablet, onder de tong laten smelten, vanaf een half uur tot vlak voor het slapen gaan. Door deze opname, waarbij melatonine snel in de bloedbaan komt, volstaat een 3 à 10 maal lagere dosis dan bij orale inname (waar na opname in de darmen ongeveer 90 % van de melatonine al in de lever wordt afgebroken)

Hulpstoffen (zonder magnesiumstearaat): zoetstoffen (sorbitol, xylitol), stabilisatoren (natriumcarboxymethylcellulose, microkristallijne cellulose, hydroxypropylmethylcellulose), natuurlijk bosbessenaroma, L-leucine, natuurlijke kleurstof (bietenrood), antiklontermiddel (siliciumdioxide)

Belangrijkste eigenschappen en indicaties van Melatonine PLATINUM:

Eigenschappen	*Potentiële indicaties*
Chronobioticum dat bijdraagt tot een resynchronisatie of herstel van het normaal dag-nachtritme (synthese wordt bevorderd door het donker en afgeremd door licht), waardoor het onder meer **hypnotisch** (slaap-inducerend) werkt met een toename van de REM-slaap; draagt ook bij tot een daling van de lichaamstemperatuur, die de slaap bevordert; draagt ook bij tot de slaap door een ontspanning van geest, spieren, bloedvaten en sfincters in spijsverteringskanaal **Sedatief (Kalmerend) en Anxiolytisch (Angstremmend)**, o.a. door de chronobiotische werking; reguleert de as hypofyse-bijnier; helpt beschermen tegen hoge cortisolspiegels en bijnierhypertrofie; ook door de werking/spiegels van excitatoire neurotransmittors te verminderen (glutamaat, dopamine, adrenaline/noradrealine); door de werking/ spiegels van ontspannende serotonine te verhogen; stimuleert de GABA-receptoren; versterkt de activiteit van de parasympaticus; verhoogt het aantal receptoren voor en bevordert de relaxerende werking van benzodiazepines	**Insomnia (Primaire slaapstoornissen); Slechte slaapkwaliteit:** kan vooral de tijd tot inslapen verkorten, de slaapkwaliteit verbeteren (dieper slapen met minder ontwaken, met minder angsten en zorgen en met intenser dromen), waardoor soms in totaal minder uren slaap nodig; en dit zonder "hangover", sufheid of verminderde alertheid de dag nadien **Jet lag:** vooral nuttig bij het overschrijden van meerdere tijdzones; werkt minder bij westwaarts vliegen; in te nemen tussen 10 pm en middernacht op de plaats van aankomst **Ploegenarbeid:** kan de kwaliteit en lengte van slaap overdag verbeteren **Secundaire insomnia bij neuropsychiatrische aandoeningen en neurologische ontwikkelingsstoornissen** (ADHD, Autisme, Depressiviteit, Alzheimer, Epilepsie) **Nervositeit, Stress, Preoperatieve stress, Spanningen, Angsten** **Winterblues, Depressiviteit, steun bij-**
Sterk antioxidans: neutraliseert vrije radicalen zoals hydroxyl-, peroxyl- en singlet zuurstofradicalen (remt lipidenperoxidatie sterker dan vit E en C); bevordert synthese van de antioxidante enzymen superoxidedismutase, glutathionperoxidase en catalase **Chronobioticum** (zie hoger): verstoord dagnachtritme draagt bij tot veroudering **Neuroprotectief (Beschermt zenuwweefsel)**	**Anti-aging, Vroegtijdige ouderdomsverschijnselen, Huidbescherming tegen de zon** **Ouderdomsgerelateerde ziekten, zoals** **Maculaire degeneratie** (Leeftijdsgebonden netvliesdegeneratie), Catarct (Staar), Osteoporose **Ziekte van Alzheimer: lagere kans op -** **Geheugen- en concentratiestoornissen** **Beroerte:** beperking van schade door - **Epilepsie:** betere levenskwaliteit

Immunomodulerend (verbetert de werking van het immuunsysteem): met o.a. meer secretie van cytokines zoals IL-2 en gamma-interferon door TH 1 helpercellen; potentieert immunostimulerende werking van IL-2 bij kankerpatiënten met toename van T-lymfocyten, Natural Killer Cells (!) en eosinofielen; vermindert de immunosuppressieve werking van stress **Antiproliferatief** (Remt de groei van kankercellen af): o.a. soms door apoptose te bevorderen, of door directe inhibitie van kankercelgroei, of door adhesie en dus metastasering af te remmen	**Kanker: meer kans op complete of gedeeltelijke remissie; verhoogt de overlevingsduur; draagt bij tot preventie:** vnml. borstkanker, longkanker (non small cell), gemetastaseerde nierkanker, leverkanker, hersenmetastasen van soliede tumoren, colorectale kanker, prostaatkanker, weke weefsel sarcoma **Vermindert nevenwerkingen van radio- en chemotherapie: vnml. neurotoxiciteit (zenuwontsteking) , trombocytopenie (daling bloedplaatjes),** cachexie (vermagering), stomatitis (mondslijmvliesontsteking) **Immunodeficiëntie (Zwakke weerstand)**
Anti-ulceratief (Beschermt tegen maag- en duodenumzweren); Gastroprotectief (Beschermt de maag); Ontspant de sfincters; Vermindert overmatige tonus: melatonine wordt overdag in aanzienlijke hoeveelheden aangemaakt in het maagdarmslijmvlies, waar het een ontstekingswerende werking kan uitoefenen en de slijmvliesbarrière versterkt; beschermt het maagslijmvlies tegen ontsteking door Helicobacter pylori en aspirine;	**Pyrosis (zuurbranden), Gastro-oesophagale reflux (Brandend maagzuur);** Preventie van en ondersteuning bij - **Ulcus ventriculi/duodeni (Maag- en duodeneumzweren), Gastritis (Maagontsteking), Irritable bowel syndrome (Prikkelbare darm), Colitis ulcerosa, …. Maagdarmkrampen**
Hypotensief (Bloeddrukverlagend): verbetert endotheliale functie van vaatwanden met toename NO-secretie en vasculaire reactiviteit **Mild cholesterolverlagend:** door positieve invloed op lipoproteïnemetabolisme **Antitrombotisch (Natuurlijk bloedverdunnend)**	Ondersteuning bij **Hypertensie** Bijdrage tot de **preventie van hart- en vaatziekten (infarct, beroerte)** Ondersteuning bij **Hypercholesterolemie** **Hartkloppingen door te hoge polsslag**
Pijnstillend; o.a. door activatie van antioxiderende enzymen zoals CuZn-superoxide dismutase, catalase, glutathione peroxidase (een Se-enzym) en glutathion reductase	**Migraine:** leidt na enkele maand tot significante afname van aantal aanvallen Ondersteuning bij **fibromyalgie, chronische pijn**
Vermindert insulineresistentie, Verhoogt insulinesecretie van de pancreas, verbetert glycemische controle	**Diabetes type 2** **Diabetes door toxines**
	Ondersteuning bij: • Overgewicht (afname BMI, vetgehalte) • Glaucoma (Overdruk in oogbal) • Afbouwen van benzodiazepinegebruik • Overmatige spierspanning • Herstel na intensieve sportinspanningen • Tinnitus (Oorsuizen)

Hoe Melatonine PLATINUM inzetten voor meer succes?

- met **CALMITON** en/of **MAGNESIUM PLATINUM** voor bij zenuwachtigheid, stress, slaapstoornissen en angst
- met **D-PRITON** bij depressiviteit
- met **SELENIUM ALL NATURAL ANTIOXIDANT COMPLEX** en/of **UBIQUINOL PLATINUM** en/of **ASTAXANTHINE PLATINUM** en/of **SILICIUM PLATINUM** en/of **CURCUMA PLATINUM** tegen ouderdomsverschijnselen, tegen huidveroudering
- met **OPC PLATINUM** en/of **CURCUMA PLATINUM** en/of **VITAMINE B12 PLATINUM** en/of **UBIQUINOL PLATINUM** bij geheugen- en concentratiestoornissen, ter preventie van de ziekte van Alzheimer
- met **OGUTON** en/of **OPC PLATINUM** en/of **CHLORELLA PLATINUM** in de preventie van netvliesdegeneratie
- met **SALVESTROL PLATINUM** en/of **SHIITAKE PLATINUM** en/of **CURCUMA PLATINUM** ter ondersteuning bij kanker
- met **SHIITAKE PLATINUM** voor minder nevenwerkingen van chemotherapie