



## Bio-Carnitin

Bio-Carnitin er vegetabiliske kapsler med 250 mg ren L-carnitin i hver. Fremstillingen av Bio-Carnitin foregår under farmasøytisk kontroll etter GMP-protokollen, og Pharma Nord garanterer for kvaliteten. Bio-Carnitin er fremstilt ved hjelp av en unik fremstillingsprosess basert på gjæring. Denne metoden som bærer kvalitetsmerket Carnipure TM, er i stand til å fremstille L-carnitin på samme måte som i naturen. Resultatet er ren, naturidentisk L-carnitin.

### Hva er karnitin?

Karnitin er en ikke essensiell, vannoppløselig aminosyre med karakteristika, som minner om et vitamin. Med «ikke essensiell» forstås, at kroppen under normale omstendigheter selv kan fremstille karnitin i lever og nyrer ut fra aminosyren lysin med hjelp fra aminosyren methionin og vitamin C. Det er kun L-formen av karnitin, som er brukbar for mennesker.



# Bio-Carnitin

## Næringsstoffer pr. dagsdose:

L-Carnitin	250 mg	% ADT* ikke fastlagt
------------	--------	-------------------------

\*ADT= Anbefalet daglig tilførsel

## Dosering

1 kapsel daglig for voksne samt barn fra 11 år og eldre. Den anbefalte daglige doseringen må ikke overskrides.

## Spesielle forhold

For best utnyttelse: Ta kapslene med vann før et måltid og ikke sammen med annet proteinholdig mat.

Bør kun etter avtale med lege eller helsepersonell anvendes av gravide eller barn under 1 år.

## Oppbevaring

Romtemperatur og ikke i direkte sollys. Oppbevares utilgjengelig for barn.

## Innhold

50 kapsler = 32 g

## Ingredienser

L-Carnitin-LTartrate

Fyllemiddel: Mikrokrystallinsk cellulose

Kapselskall: Hydroxypropylmethylcellulose

Antiklumpemiddel: Magnesiumsalt av fettsyrer, siliciumdioxid

Fargestoff: Titandioxid

Kosttilskudd bør ikke erstatte en variert kost og en sunn livsstil.

*Ingrediensene i dette produktet stammer ikke fra økologisk landbruksproduksjon. Uttrykket «Bio» henviser i denne sammenheng alene til produktets biotilgjengelighet eller biokjemiske organiske natur.*

Det meste av kroppens karnitin befinner seg i kroppens muskelvev og også i hjertemuskel. Normal sædveske inneholder også karnitin. Innholdet av karnitin faller dog med stigende alder.

## Karnitin fra kosten

Den største kilden til karnitin fra kosten er meieri-produkter og rødt kjøtt med det høyeste innhold i lam, vilt og oksekjøtt. Karnitin finnes kun i liten grad i planteprotein, hvorfor vegetarer oftere har lave nivåer av denne aminosyren.



## Store doser karnitin

Inntaket i den anbefalte doseringen gir normalt ikke uønskede virkninger, men ved doser på 3 g karnitin daglig eller mer, kan gi symptomer som kvalme, oppkast, magekrampe, diarre og en kroppslukt av fisk.

## Interaksjoner

Antibiotika som Pivampicillin samt noen former for epilepsimedisin interagerer med karnitin, og lengre tids inntakelse av disse medisiner kan medføre at innholdet av karnitin i kroppen reduseres.