

# Produktinformation



## TRYPTOPHAN

### 250 mg GPH Kapseln

Hinweise:  
Glutenfrei. Lactosefrei.

Verzehrempfehlung:  
Erwachsene: 2 x täglich 1 Kapsel mit Flüssigkeit einnehmen  
2 Kapseln enthalten 500 mg L-Tryptophan

Bei Einnahme von Antidepressiva sollte vor dem Verzehr Rücksprache mit dem Arzt oder Therapeuten gehalten werden. Für Schwangere, Stillende sowie Kinder und Jugendliche nicht geeignet. Nach Einnahme des Produktes ist die Fähigkeit zur Teilnahme am Straßenverkehr möglicherweise beeinträchtigt.

V-0003

#### Produktbeschreibung:

L-Tryptophan gehört zusammen mit L-Phenylalanin und L-Tyrosin zur Gruppe der aromatischen Aminosäuren und ist essentiell. Innerhalb der essentiellen Aminosäuren ist L-Tryptophan die Aminosäure, die mengenmäßig am wenigsten in gewöhnlicher Nahrung zu finden ist. Schinken, Beef-Steak-Fleisch, Eier, Parmesan-Käse, Mandeln und Wild enthalten größere Mengen. Pflanzliche Nahrung ist eher arm an L-Tryptophan. Diese Aminosäure hat darüber hinaus direkten Einfluss auf die Bildung des Botenstoffes Serotonin und Niacin (Vitamin B<sub>3</sub>).

Serotonin ist verantwortlich für innere Ruhe, Ausgeglichenheit und für Glücksgefühle. Dieses Hormon stellt somit einen Stressregulator dar. Ein Mangel an L-Tryptophan kann zur Entwicklung von Depressionen und psychischen Störungen führen. Außerdem ist L-Tryptophan die Schlüsselsubstanz für die Herstellung von Melatonin, welches einen beruhigenden Einfluss auf die Gehirntätigkeit hat und das Einschlafen und Entspannen erleichtern kann.

Andere Aminosäuren konkurrieren mit L-Tryptophan um die Transportwege durch die Blut-Hirn-Schranke. Deshalb ist es ratsam, L-Tryptophan zeitisoliert von anderen Proteinen einzunehmen.

Vertrieb Österreich: Telefon: +43 3572 869 96  
GALL-Pharma GmbH Email: [gallpharma@gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at)  
A-8750 Judenburg [www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Vertrieb Deutschland: Telefon: +49 4761 92 56 -0  
HECHT Pharma GmbH Email: [info@hecht-pharma.de](mailto:info@hecht-pharma.de)  
D-27432 Bremervörde [www.hecht-pharma.de](http://www.hecht-pharma.de)



**Rohstoffbeschreibung:**

L-Tryptophan ist nicht tierischen Ursprungs. Die in den Hartgelatine kapseln verwendete Gelatine ist BSE/TSE-geprüfte Pharmagelatine.

**Inhaltsstoffe:**

L-Tryptophan (38 %); Füllstoff: Mannit (Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken!); Kapselhülle: Gelatine; Farbstoffe in der Kapselhülle: Titandioxid, Eisenoxid, Ponceau 4 R, Chinolingelb (Kann Aktivität und Aufmerksamkeit bei Kindern beeinträchtigen!), Patentblau V; Hilfsstoffe: Maisstärke, Mikrokristalline Cellulose, Magnesiumsalze von Speisefettsäuren; Bindemittel: Leinöl

**Referenzen:**

Lothar Burgerstein. (2007). Handbuch Nährstoffe: Vorbeugen und heilen durch ausgewogene Ernährung. Karl F. Haug Fachbuchverlag, S.227-230

Tryptophan 250 mg GPH Kapseln sind in folgenden Größen erhältlich:

| EAN              | Inhalt   | Netto-Gewicht e |
|------------------|----------|-----------------|
| 90 08124 04306 5 | 60 Kps.  | 38 g            |
| 90 08124 04307 2 | 120 Kps. | 77 g            |
| 90 08124 04308 9 | 180 Kps. | 116 g           |
| 90 08124 04309 6 | 360 Kps. | 232 g           |
| 90 08124 04310 2 | 750 Kps. | 484 g           |
| 90 08124 04311 9 | 1750 Kps | 1.131 g         |

Diese Information ist ausschließlich für Fachpersonal bestimmt!

Vertrieb Österreich:  
Gall-Pharma GmbH  
A-8750 Judenburg

Telefon: +43 3572 869 96  
Email: [gallpharma@gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at)  
[www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Vertrieb Deutschland:  
HECHT Pharma GmbH  
D-27432 Bremervörde

Telefon: +49 4761 92 56 -0  
Email: [info@hecht-pharma.de](mailto:info@hecht-pharma.de)  
[www.hecht-pharma.de](http://www.hecht-pharma.de)

