

# Produktinformation



V-0001

## 5-HTP

### 50 mg VEGAN GPH Kapseln aus Griffoniasamen Extrakt

**Hinweise:**

Glutenfrei. Lactosefrei. Hefefrei.

**Verzehrempfehlung:**

Erwachsene: 2 - 3 x 1 Kapsel täglich mit Flüssigkeit einnehmen.

2 Kapseln enthalten 100 mg Hydroxytryptophan aus Griffonia Samen Extrakt und 200 mg Magnesium.

3 Kapseln enthalten 150 mg Hydroxytryptophan aus Griffonia Samen Extrakt und 300 mg Magnesium.

**Produktbeschreibung:**

Die afrikanische Schwarzbohne, *Griffonia simplicifolia*, enthält in ihren Samen in nennenswerten Mengen einen auch für den Menschen wichtigen Stoff – 5-Hydroxytryptophan, auch **5-HTP** genannt. 5-HTP spielt eine wesentliche Rolle bei der Produktion von Serotonin, welches auch „Glückshormon“ genannt wird, und wird im menschlichen Körper aus L-Tryptophan, einer essentiellen Aminosäure, gebildet. Essentiell bedeutet, dass die Aminosäure nicht vom Körper selbst hergestellt werden kann, sondern mit der Nahrung zugeführt werden muss. An der Blut-Hirn-Schranke konkurriert L-Tryptophan jedoch mit anderen Aminosäuren (Tyrosin, Phenylalanin, Valin, Leucin, Isoleucin) um deren gemeinsamen Transporter, wodurch die Bereitstellung von 5-HTP und somit auch die Serotoninproduktion limitiert sind. 5-HTP kann die Blut-Hirn-Schranke uneingeschränkt passieren und steht somit in ausreichender Menge für die Serotoninsynthese zur Verfügung. Serotonin, auch bekannt als Glückshormon, ist ein körpereigenes Hormon. Es hat Einfluss auf die Stimmungslage, den Schlaf-Wach-Rhythmus, den Appetit (ein hoher Serotoninspiegel verringert den Appetit) und das Schmerzempfinden. Vor allem bei depressiven Verstimmungen und Migräne kann vielfach ein verminderter Serotoninspiegel beobachtet werden.

**Magnesium** ist ein essentieller Mineralstoff und für eine Vielzahl von biochemischen Funktionen notwendig. Als wichtiger Aktivator ist es im menschlichen Körper an über 300 Stoffwechselfvorgängen beteiligt. Magnesium spielt eine entscheidende Rolle im Energiestoffwechsel, für die Nervenfunktionen und für die Funktionen von Muskeln (Muskelentspannung). Ein Mangel an Magnesium kann sich unter anderem in Form von depressiven Verstimmungen, innerer Unruhe, Schwindel, Konzentrationsschwäche, Migräne und Reizbarkeit äußern.

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)



5-HTP 50 mg GPH Kapseln sind ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke zum Diätmanagement bei Depressionen. 5-HTP dient als Vorstufe der Serotoninproduktion und wirkt depressiven Verstimmungen entgegen. Weiters hat es einen positiven Einfluss bei Migräne und Schlafstörungen. Durch die Kombination mit Magnesium wird der stimmungsaufhellende Effekt unterstützt.

**Rohstoffbeschreibung:**

Der verwendete 5-HTP-reiche Extrakt aus den Samen der afrikanischen Schwarzbohne (*Griffonia simplicifolia*) ist Peak X frei und entspricht höchsten Qualitätsanforderungen. Magnesium wird in Form von Magnesiumoxid zugesetzt. Die verwendeten VEGI- Kapseln bestehen aus Cellulose.

**Inhaltsstoffe:**

Magnesiumoxid; Kapselhülle: Cellulose; Griffonia Samen Extrakt;

**Referenzen:**

K. Shaw, J. Turner, C. Del Mar: Tryptophan and 5-Hydroxytryptophan for depression. In: Cochrane Database of Systematic Reviews. Issue 1, 2002, Art. No.: CD003198. doi:10.1002/14651858.CD003198

5-HTP 50 mg VEGAN GPH Kapseln sind in folgenden Größen erhältlich:

EAN	Inhalt	Netto-Gewicht e
90 08124 07178 5	60 Kps.	18 g
90 08124 07179 2	90 Kps.	27 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)

