

Postbus 7212
3280 AA Numansdorp
T : (0186) 651 022
F : (0186) 654 221
E : info@bonusan.nl
I : www.bonusan.nl



 **BONUSAN**

MSM 1000 mg Orthomoleculaire therapie

SAMENSTELLING:

Bevat per tablet

Methylsulfonylmethaan (MSM) 1000 mg

Hulpstoffen: microkristallijne cellulose, cellulose (HPC), magnesiumstearaat.

Gegarandeerd vrij van: GMO, mais, soja, gist, gluten, lactose, toegevoegde saccharose, gelatine, dierlijke substanties, conserveermiddelen, synthetische kleur-, geur- en smaakstoffen.

BESCHRIJVING

Methylsulfonylmethaan (MSM) is een organisch gebonden vorm van zwavel, waarbij twee methylgroepen zijn gekoppeld aan een zwavelatoom. MSM is daarmee leverancier van zwavel én methylgroepen. Zwavel behoort met calcium, magnesium, kalium, natrium en fosfor tot de macromineralen: mineralen die het lichaam dagelijks in grote hoeveelheden nodig heeft. Desondanks is het één van de meest onderschatte mineralen. Zo bestaat er bijvoorbeeld nog steeds geen ADH (aanbevolen dagelijkse hoeveelheid) voor zwavel. Al in de oudheid was het baden in de zwavelrijke hete bronnen, vaak van vulkanische oorsprong, een geliefde bezigheid vanwege de vele gezondheidsbevorderende effecten. In veel hedendaagse kuuroorden blijkt het water ook rijk te zijn aan zwavelverbindingen. MSM heeft een zeer laag molecuulgewicht en wordt daarom zeer gemakkelijk via de huid opgenomen. Zwavel komt voor in voedsel, maar niet in significante hoeveelheden. Daarbij gaat het veelal bij het kookproces verloren. Naarmate de leeftijd stijgt, wordt het belangrijker om de hoeveelheid zwavel in het lichaam goed aan te vullen.

Zwavel uit MSM is bestanddeel van belangrijke aminozuren en vrijwel alle eiwitten. Zo is de collageensynthese sterk afhankelijk van voldoende zwavel. Zwavel verzorgt disulfidebruggen, die voor structuur en elasticiteit van het weefsel zorgen. Om deze reden is MSM ook goed voor het bindweefsel van de huid en beschermt de huid bij veroudering. Zwavelbruggen bevorderen flexibele celmembranen waardoor transporteiwitten goed hun werk goed kunnen doen. MSM bevordert zo een juiste doorlaatbaarheid van de celmembraan.

MSM is goed voor het behoud van soepele spieren en gewrichten. Het bevordert de stootkussenfunctie van kraakbeen. Extra zwavel uit MSM ondersteunt tevens de leverreiniging; zwavel is namelijk onderdeel van de daarvoor belangrijke peptiden cysteïne en glutathion. Een blik op de molecuulstructuur van MSM leert dat er twee methylgroepen aan het zwavelatoom vastzitten. Hierdoor lijkt MSM een goede methyl donor. Bij het vrijmaken van zwavel uit MSM, komen tegelijkertijd twee methylgroepen vrij. Een goede methylering is voor de hele stofwisseling.

Belangrijkste kenmerken MSM 1000 mg:

- Gladde, gemakkelijk slikbare tabletten
- Hooggedoseerd: 1000 mg MSM per tablet

GEBRUIK

Dagelijks 1 tot 3 tabletten tijdens of vlak na de maaltijd innemen. Tijdelijk kan de dosering tot 4 of meer tabletten per dag worden verhoogd. Daarna kan met een onderhoudsdosering van 1 tot 3 tabletten per dag worden volstaan. Bij hoge doseringen is het raadzaam de dosering langzaam op te bouwen.

Het effect van MSM is soms pas na enige weken merkbaar.

Bij aanvang van het gebruik van MSM kunnen gastrointestinale klachten (o.a. darmkrampen, lichte diarree) voorkomen. Door de inname van MSM meer over de dag te spreiden of de dosering te verlagen en geleidelijk weer op te bouwen worden deze klachten in het algemeen verholpen. Een soortgelijk advies geldt wanneer zich typische verschijnselen voordoen van een gebrekkige leverontgiftiging.

SYNERGISME

MSM is voor haar werking afhankelijk van een aantal synergisten. Zo dienen bijvoorbeeld ook alle andere mineralen in voldoende hoeveelheden aanwezig te zijn. Hiervoor kan zo nodig Multi Mineral Forte worden ingezet.

VERWANTE PRODUCTEN

MSM poeder en MSM gel.

ARTIKELNUMMER EN INHOUD

0941 (kunststof flacon à 120 gecoate tabletten)

