

# Niacin 100 mg GPH Kapseln

Als Niacin bezeichnet man ein Vitamin aus dem B-Komplex. Gebräuchliche Bezeichnungen sind auch Nicotinsäure, Nicotinsäureamid und Vitamin B3. Im eigentlichen Sinn handelt es sich allerdings um kein Vitamin, da Niacin von Säugetieren und dem menschlichen Körper aus der Aminosäure L-Tryptophan hergestellt werden kann. Natürliche Quellen für Niacin sind Geflügel, Wild, Fisch, Pilze, Milchprodukte und Eier. Auch Leber, Kaffee, Vollkornprodukte, verschiedene Gemüse und Obst enthalten Nicotinsäure, wobei die Verwertbarkeit für den Organismus aus tierischen Produkten grundsätzlich besser ist. Mangelerscheinungen sind selten, können jedoch bei einseitiger Ernährung oder Absorptionsstörungen auftreten. Diese äußern sich zunächst in unspezifischen Störungen wie Appetitlosigkeit, Konzentrations- und Schlafstörungen, Kopfschmerz, Schwindel und Müdigkeit. Als klassischer Mangel gilt die Pellagra („Kranke Haut“), die sich durch Dermatitis, Durchfall und Demenz äußert. Dies allerdings nur dann, wenn zugleich der Tryptophanstoffwechsel gestört ist.



Nicotinsäure findet sich in allen lebenden Zellen und wird in der Leber gespeichert. Sie bildet einen wichtigen Baustein verschiedener Coenzyme (NAD, NADP) und ist in dieser Form an zahlreichen Oxidations- und Reduktionsvorgängen im Citratzyklus und in der Atmungskette beteiligt. Dadurch nimmt Niacin eine zentrale Stellung im Stoffwechsel von Eiweißen, Fetten und Kohlenhydraten ein. Es kann das Verhältnis der Blutfette verbessern, indem das Gesamtcholesterin und das LDL-Cholesterin gesenkt werden, während das HDL-Cholesterin erhöht wird. Positive Effekte zeigt Niacin auch bei Kopfschmerzen, besonders wenn diese mit dem prämenstruellen Syndrom oder mit Migräne assoziiert sind. Zudem gibt es Studien mit Niacin in Zusammenhang mit neurologischen Störungen, wodurch Supplementierung bei Fazialisparese (Gesichtslähmung) gute Effekte erzielt werden konnten. Auch ein Tinnitusgeschehen könnte sich unter einer Ergänzung mit Niacin verbessern.

**Niacin 100 mg GPH Kapseln** enthalten 100 mg Nicotinsäureamid in einer Hartgelatine kapsel. Das Vitamin hat vielfältige Funktionen im menschlichen Körper. Es ist Bestandteil von NAD und NADP, die als Coenzyme an Atmung und Wasserstoffübertragung beteiligt sind. Entscheidend sind diese Vorgänge für die Funktionen des Herzens, der Nerven und den Energiestoffwechsel. Gesamt ist das Vitamin die Funktion von über 200 Enzymen im ganzen Körper notwendig. Außerdem ist Vitamin B3 wichtig für die Biosynthese von Verbindungen wie Fettsäuren und Steroiden und unerlässlich für die Energieproduktion. Es spielt eine bedeutende Rolle im antioxidativen System des Körpers und in der Aufrechterhaltung der Funktionen von Haut, Muskelgewebe, Nerven- und Verdauungssystem.

## **Rohstoffbeschreibung:**

Niacin 100 mg GPH Kapseln sind ein Qualitätsprodukt mit hochwertigen Rohstoffen. Bei der Produktion werden keine Hilfsstoffe wie Farbstoffe und Konservierungsmittel eingesetzt. Die in den Hartgelatine kapseln verwendete Gelatine ist BSE/TSE-geprüfte Pharmagelatine.

## **Verzehrempfehlung:**

Erwachsene 1 x täglich 1 Kapsel mit Flüssigkeit



Vertrieb Österreich:

**GALL PHARMA** GmbH

Grünhüblgasse 25, A-8750 Judenburg, Tel: 03572 - 86996

Fax: 03572 - 869969

Informationen für österreichische Konsumenten: e-mail: [gallpharma@gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at) - [www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Seite 1 von 2

Infoversion 0002

Stand: August 2013

**Hinweise:**

Glutenfrei. Lactosefrei. Hefefrei.

4087417	Niacin 100 mg GPH Kapseln	60 St
4087423	Niacin 100 mg GPH Kapseln	120 St
4087446	Niacin 100 mg GPH Kapseln	180 St
4087452	Niacin 100 mg GPH Kapseln	360 St
4087469	Niacin 100 mg GPH Kapseln	750 St
4087475	Niacin 100 mg GPH Kapseln	1750 St



Vertrieb Österreich:

**GALL PHARMA** GmbH

Grünhüblgasse 25, A-8750 Judenburg, Tel: 03572 - 86996

Fax: 03572 – 869969

Informationen für österreichische Konsumenten: e-mail: [gallpharma @ gall.co.at](mailto:gallpharma@gall.co.at) - [www.gall.co.at](http://www.gall.co.at)

Seite 2 von 2

Infoversion 0002

Stand: August 2013