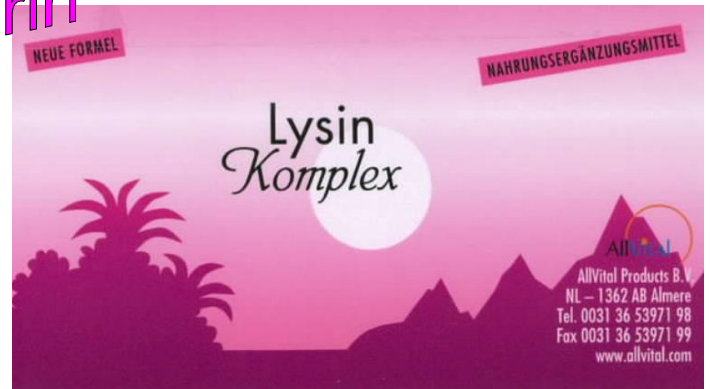


# Lysin Komplex neue Formel: Lysin, Prolin, Taurin



Die essentielle Aminosäure **Lysin** hat unter den Aminosäuren den Stellenwert wie Vitamin C unter den Vitaminen. Essentielle Aminosäuren sind Aminosäuren die der menschliche Organismus benötigt, aber nicht selbst herstellen kann. Als Baustein des überall im Körper eingewobene%Stabilitätsgewebe Kollagen ist Lysin ein wichtiger, stabilisierender Bestandteil der Gefäßwände. Die Aminosäure **Prolin** ist ein weiterer wichtiger Kollagenbaustein. Prolin kann zwar im Körper hergestellt werden, aber nur in einer begrenzten Menge. Mit seiner Beteiligung an der Kollagenproduktion trägt Prolin zur Verbesserung der Hautstruktur bei sowie zur Verhinderung des Kollagenverlustes durch Alterungsprozesse. **Taurin** ist eine Aminosulfonsäure und wird aufgrund seiner strukturellen Ähnlichkeit mit den Aminosäuren oftmals als Aminosäure bezeichnet, obwohl es selbst keine ist. Taurin findet sich vor allem im zentralen Nervensystem, in der Netzhaut der Augen und in den Blutplättchen.

## Biochemische Funktion:

**Lysin** und **Prolin** sind in der Lage, die im Inneren der Arterienwand anhaftenden Lipoproteinmoleküle loszulösen und so aus den bestehenden Ablagerungen auszuschleusen. Dabei handelt es sich um einen natürlichen Vorgang, bei dem Molekül um Molekül aus der Arterienwand ausgeschleust und sofort in der Leber abgebaut wird. Bären und andere Winterschläfer machen von diesem Vorgang ebenfalls Gebrauch. Während des Winterschlafs nehmen diese Tiere keine Nahrungsvitamine auf und auch die körpereigene Vitamin-C-Produktion ist gedrosselt. Als Folge davon lagern sich Lipoproteine in der Arterienwand ab und führen zu einer Wandverdickung. Im Frühjahr, mit vitaminreicher Nahrung und erhöhter Vitamin-C-Produktion, werden diese Ablagerungen abgebaut. Die Arterienwand erhält ihre natürliche Stabilität zurück. Hier können wir von der Natur lernen!

**Taurin** wird in der Leber aus Methionin und Cystein unter Beteiligung von Vitamin B6 gebildet. Gehirn, Herz und Leber weisen eine besonders hohe Taurinkonzentration auf. Taurin reguliert den Kalziumeinstrom in den Herzmuskel und trägt somit zur Regelmäßigkeit der Kontraktion und zur Stärke des Herzmuskels bei. Taurin hat außerdem eine wichtige Bedeutung für das Auge, weil es dort anscheinend eine Rolle spielt bei der Bildung und

Erhaltung intakter Lichtrezeptoren. Aufgrund der hohen Konzentration von Taurin im Gehirn von Säuglingen wird ebenfalls eine wichtige Bedeutung von Taurin für die Gehirnentwicklung und den Wachstum des Gehirns angenommen. Taurin ist außerdem ein Antioxidans; es schützt vor freien Radikalen und kann Umweltschadstoffe und Chemikalien in der Leber binden und ausleiten.

## Natürliches Vorkommen:

Lysin, Prolin und Taurin sind vorwiegend in tierischen Lebensmitteln enthalten. Besonders hoch ist die Aufnahme von Taurin aus fisch- und meeresfrüchtereicher Nahrung und aus Muskelfleisch vom Rind, Schwein und Lamm. Muttermilch enthält viel Taurin, während die Konzentration in Kuhmilch niedrig ist.

## Anwendungsgebiete:

- Hilft bei der Kollagenbildung, Kollagen ist für den Aufbau von Bindegewebe und Knorpel wichtig.
- Natürliche Blockierung unerwünschter unkontrollierter Auflösungsprozesse des Bindegewebes
- Fördert die Herstellung von Antikörpern und stärkt das Immunsystem
- Stärkung von Herzmuskel, Gelenken und Sehnen
- Wichtig für die normale und gesunde Gehirnentwicklung
- Zellschützende Wirkung durch antioxidative und membranstabilisierende Eigenschaften
- Bei Arbeitsplatzbelastungen, die mit oxidativem Stress verbunden sind (z.B. durch Emissionen aus Computern, Lösungs- und Fixiermitteln aus Druckern und Kopierern)

## 1 Kapsel enthält:

Lysinhydrochlorid 813 mg, entspricht 650 mg Lysin  
Prolin 150 mg  
Taurin 110 mg  
Siliciumdioxid 7 mg

## Verzehrempfehlung:

1 bis 3 Kapseln pro Tag, in Situationen erhöhten Bedarfs auch mehr

## Packungsinhalt:

90 Kapseln