



Acetyl-L-Carnitine

Een direct beschikbare vorm van L-carnitine

Vegetarische en veganistische voedingspatronen bevatten relatief weinig carnitine

- Aanbevolen gebruik:** 1 tot 3 x per dag 1 capsule.
Innemen bij of na de maaltijd. Inname tot maximaal 2 gram per dag.
- Ingrediënten per V-caps:** 500 mg acetyl-L-carnitine hydrochloride (ALC)
- Hulpstoffen:** Cellulose, siliciumdioxide. Capsule: HPMC
- Interacties:** Niet bekend
- Waarschuwingen:** Niet bekend
- Opmerking:** Bij hogere doseringen dan 3 gram per dag kan een minder aangename lichaamsgeur optreden.

Acetyl-L-Carnitine	Art.Nr.	EAN	[NL] Z-Index	[B] CNK	[B] NUT/PL
500 mg - 60 V-capsules	26035	8715216260354	15232387	1744-135	1149/49

Acetyl-L-carnitine (ALC) is een specifieke vorm verwant aan L-carnitine. Carnitine en acetyl-L-carnitine zijn vitamineachtige stoffen die geclassificeerd zijn als aminozuren, vanwege de op aminozuren gelijkende structuur.

Acetyl-L-carnitine is de geacetylerde vorm van L-carnitine, wat betekent dat er een acetylgroep gekoppeld is aan het carnitine molecuul.

Bij het ouder worden gaat de lichaamseigen synthese van carnitine achteruit en kan bij ouderen tekortschieten. Ook in andere omstandigheden, zoals bij nieraandoeningen, kan de behoefte aan carnitine onvoldoende gedekt worden door eigen aanmaak.

Het lichaam kan L-carnitine omzetten in acetyl-L-carnitine en omgekeerd. Carnitine is onmisbaar bij de vorming van cellulaire energie uit langeketen vetzuren. Verschillende organen hebben een relatief hoge behoefte aan carnitine voor de energievorming, zoals skeletspieren, hart, lever en nieren.

