

DMAE Ernährung

Dimethylaminoethanol (DMAE), ein natürlicher Aminoalkohol, der in geringen Mengen im Gehirn vorkommt, wird als Vorläufer von Cholin angesehen, das das Gehirn zur Herstellung von Acetylcholin benötigt. Acetylcholin ist ein Neurotransmitter für die gesunde Leitung und Funktion von Nervensignalen. Als Ergänzung arbeitet DMAE mit Gingko Biloba und anderen „intelligenten Nährstoffen“. DMAE kommt in Fisch, Lachs und insbesondere in Sardinen vor. Das menschliche Gehirn behält eine kleine Menge DMAE bei, die verschiedene entscheidende Funktionen spielt. DMAE schützt die Integrität von Zellmembranen, deren Verschlechterung zu vorzeitiger Alterung führen kann. DMAE kommt in Form von Cremes, Kapseln und flüssigen Tabletten. Weitere DMAE-Fakten DMAE ist …



Dimethylaminoethanol (DMAE), ein natürlicher Aminoalkohol, der in geringen Mengen im Gehirn vorkommt, wird als Vorläufer von Cholin angesehen, das das Gehirn zur Herstellung von Acetylcholin benötigt.

Acetylcholin ist ein Neurotransmitter für die gesunde Leitung und Funktion von Nervensignalen. Als Ergänzung arbeitet DMAE mit Gingko Biloba und anderen „intelligenten Nährstoffen“.

DMAE kommt in Fisch, Lachs und insbesondere in Sardinen vor. Das menschliche Gehirn behält eine kleine Menge DMAE bei, die verschiedene entscheidende Funktionen spielt. DMAE schützt die Integrität von Zellmembranen, deren Verschlechterung zu vorzeitiger Alterung führen kann.

DMAE kommt in Form von Cremes, Kapseln und flüssigen Tabletten.

Weitere DMAE-Fakten

DMAE ist ein Stimmungsaufheller, der Depressionen und schlechter Laune entgegenwirkt und kognitive Funktionen wie Gedächtnis und Konzentration steigert und verbessert.

Es kann auch Autismus, Alzheimer, ADHS, Gedächtnisstörungen, Depressionen und Demenz behandeln. DMAE kann sogar die Intelligenz erhöhen. Diese Vorteile ergeben sich aus der Rolle von DMAE bei der Herstellung von Acetylcholin, einer Substanz, die für eine gesunde geistige Funktion verantwortlich ist.

Ärzte, die Patienten mit DMAE überwachen, haben berichtet, dass sie optimistischer sind und eine höhere geistige Schärfe aufweisen. Diejenigen, die regelmäßig DMAE einnehmen, haben berichtet, dass sie sowohl besser schlafen als auch im Wachzustand energischer sind.

Ein vielversprechender Vorteil von DMAE ist, dass DMAE durch die Einstellung der Herstellung von Arachidonsäure, die zu Falten und Hautalterung führen kann, eine gesunde Haut fördert. DMAE zur Beendigung der Arachidonsäureproduktion kann entweder intern als Nahrungsergänzungsmittel oder als topische Creme angewendet werden

DMAE: Worauf Sie achten sollten

Während DMAE keine bekannte Toxizität aufweist und als sehr sichere Ergänzung angesehen wird, ist keine RDA (Recommended Daily Allowance) dafür festgelegt. Es gibt jedoch einige Vorsichtsmaßnahmen für Menschen mit bestimmten Bedingungen.

Personen mit Epilepsie- oder Anfallsleiden, bipolarer Depression oder Parkinson-Krankheit sowie schwangere oder stillende Frauen sollten DMAE nicht ohne die Zustimmung ihres Arztes anwenden.

Die seltenen Nebenwirkungen von DMAE sind Magen-Darm-Probleme, Körpergeruch, Schläfrigkeit, Verwirrtheit, Bluthochdruck, mäßige Depression und anhaltende Reizbarkeit.

Tipps zum Kauf eines hochwertigen DMAE-Supplements

1. Kaufen Sie Ihre Nahrungsergänzungsmittel immer in pharmazeutischen GMP-konformen Einrichtungen, die den strengsten Herstellungsstandards entsprechen. Da die Produktion von Nahrungsergänzungsmitteln in den USA weitgehend unreguliert ist, haben Verbraucher von Gesundheitsprodukten nur eine 20% ige Chance, Produkte zu kaufen, die die auf ihren Etiketten angegebenen tatsächlichen Inhaltsstoffe enthalten, oder noch schlimmer, solche, die nicht mit schädlichen Toxinen kontaminiert sind. Dies ist ein branchenweites Problem und sollte nicht ignoriert werden, wenn Sie Nahrungsergänzungsmittel wünschen, die Ihrer Gesundheit zugute kommen, ohne sie zu beeinträchtigen! Bitte lesen Sie diesen Artikel hier, um weitere Informationen zu diesem Thema zu erhalten.

2. Die Acetylcholinproduktion erfordert zusätzlich zu DMAE B-Vitamine – darunter Biotin, Folsäure und B6. Daher sollten diejenigen Verbraucher, die den kognitiven Schub wünschen, der häufig mit DMAE-Nährstoffen verbunden ist, diese Nährstoffe

als Teil einer umfassenden synergistischen Formel zusammennehmen.

3. Wir empfehlen Personen, die DMAE wegen seiner hautverbessernden Wirkung verwenden möchten, Vitamin C einzunehmen, das durch die Verhinderung der Produktion von Arachidonsäure auch Ihrer Haut hilft und die Wahrscheinlichkeit einer vorzeitigen Hautalterung verringert.

Da DMAE synergistisch mit anderen Nährstoffen wirkt, sollten wir DMAE als Teil einer umfassenden, wissenschaftlich ausgewogenen Formel und nicht als eigenständige Ergänzung betrachten. Wenn die Nährstoffe zusammenarbeiten, maximieren Sie den gesundheitlichen Nutzen von DMAE.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki