

Serochron® ist eine chronobiologische Zusammensetzung von Mikronährstoffen zur Ergänzung all der Vitalstoffe, die ernährungsbedingt fehlen oder die auf Grund bestimmter Lebensstile vermehrt benötigt werden, um eine normale Funktion des Nervensystems sowie eine normale psychische Funktion zu unterstützen.

### Grundlagen:

Ungefähr jeder achte Mensch wird im Laufe seines Lebens an einer Gemütsstörung leiden. Bei den Betroffenen kann eine Reihe von emotionalen und körperlichen Symptomen auftreten. Die Ursachen von Gemütsstörungen sind vielfältig und komplex und hängen in erster Linie mit der genetischen Veranlagung, bestimmten psychologischen Faktoren und neuro-physiologischen Veränderungen zusammen. Letztere sind gekennzeichnet durch Veränderungen im Gleichgewicht von bestimmten Neurotransmittern im Gehirn, also den Botenstoffen, die für eine adäquate Signalübertragung zwischen Nervenzellen notwendig sind. Als eines der wichtigsten dieser Botenstoffe gilt das Serotonin. Da Serotonin nicht durch die Nahrung aufgenommen werden kann, muss der Organismus sich diesen Botenstoff aus Vorstufen bzw. speziellen Aminosäuren selber herstellen. Die wichtigste Vorstufe ist die essentielle Aminosäure Tryptophan. Sie kommt in Käse, Fisch, Fleisch, Hülsenfrüchten, Getreide, Nüssen und Eiern vor. Aber auch Spargel, Porree oder Rote Beete sowie Kakao enthalten viel Tryptophan. Aus dem Tryptophan entsteht dann ein erstes Abbauprodukt, das 5-Hydroxytryptophan.

Diese veränderte Aminosäure ist auch als solche in bestimmten Bananensorten, Geflügel, aber vor allem in der afrikanischen Schwarzbohne, der Griffonia simplicifolia enthalten, wo es 20% des Trockengewichtes der Bohne ausmacht. In einem weiteren enzymatischen Schritt entsteht aus 5-Hydroxytryptophan dann letztendlich das Serotonin.

Neben seiner positiven Wirkung auf die Gemütslage, hat Serotonin auch Einfluss auf die Erweiterung der Blutgefäße in den Muskeln und hilft so, eine normale Durchblutung aufrechtzuerhalten und eine optimale Blutversorgung der Muskeln zu gewährleisten. Im Gehirn besitzt Serotonin angstlösende sowie stimmungsaufhellende Eigenschaften. Wird es während der Nacht weiter umgewandelt, so entsteht das Hormon Melatonin, welches mit dem Schlaf positiv assoziiert ist.

Die Vitamine B3 und B6 (finden sich in vielen tierischen und pflanzlichen Nahrungsmitteln) unterstützen diese Prozesse, indem sie dazu beitragen, dass Tryptophan primär zu Serotonin umgewandelt, und nicht über den alternativen Kynurenin Abbauweg verstoffwechselt wird.

All diese Nährstoffe können dazu beitragen, den Serotoninspiegel im Gehirn zu fördern und somit eine positive Gemütslage unterstützen. Darüber hinaus können sie dabei helfen, den Appetit zu regulieren und die Schmerzempfindung reduzieren.

Die Samen der Griffonia Pflanze enthalten 20% der Aminosäure 5-Hydroxytryptophan, aus dem der Körper Serotonin bilden kann. Sollte die Aufnahme von Serotoninvorstufen durch die Ernährung nicht ausreichen oder ein erhöhter Bedarf bestehen, können diese Nährstoffe durch spezielle Nahrungsergänzungsmittel supplementiert werden.

### Inhaltsstoffe:

#### Eine Tablette enthält:

Griffonia simplicifolia Samen	250 mg
(sofort freisetzend, enthaltend 50 mg 5-Hydroxytryptophan)	
L-Tryptophan (langsam freisetzend)	250 mg
Niacinamid (Vitamin B3)	9 mg
Vitamin B6	1 mg

#### Andere Inhaltsstoffe:

mikrokristalline Zellulose (einschließlich Carboxymethylcellulose und Hydroxypropylmethylcellulose), Calciumphosphat, Magnesiumstearat, Talk.

#### Verzehrempfehlung:

Zur allgemeinen Steigerung des Wohlbefindens und einer ausgeglichenen Stimmung sollte 1 Tablette täglich morgens mit reichlich Flüssigkeit eingenommen werden.

---

**Hinweise:**

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise.

Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren.

Lichtgeschützt und trocken bei Raumtemperatur lagern.

Die publizierten Informationen sind keine Heilaussagen und nicht als Aufforderung oder Anregung zur Selbstmedikation gedacht. Einige der oben getroffenen Aussagen zu einzelnen Mikronährstoffen sind zwar aus wissenschaftlichen Arbeiten abgeleitet, aber von den offiziellen Behörden wie z.B. der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) als „noch nicht ausreichend belegt“ eingestuft worden, sodass keine positive Wirkung bestätigt werden kann.

Das hier beschriebene Produkt wurde weder von der Food and Drug Administration (FDA; USA) noch der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA; Europa) abschließend bewertet. Dieses Produkt ist nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt.

Irrtum sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten. VBX-1-24

Hersteller



**VitaBasix®**

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [info@vitabasix.com](mailto:info@vitabasix.com)