

PRODUKTINFORMATION

# Cholin-3-Komplex

Cholin-Dihydrogencitrat, L-Cholinbitartrat, Citicolin (Cognizin®)

## Beschreibung

- ✓ drei bioaktive Cholin-Formen für eine umfassende Cholin-Versorgung
- ✓ mit hochwertigem Citicolin (Cognizin®) für bestmögliche Bioverfügbarkeit
- ✓ L-Cholinbitartrat als gut verträgliche Alternative zu Phosphatidylcholin
- ✓ Cholin trägt zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion und zu einem normalen Fett- und Homocystein-Stoffwechsel bei
- ✓ optimale Kombination zur Ergänzung der täglichen Ernährung mit Cholin
- ✓ höchste Rohstoffqualität aus deutscher Herstellung

**NatuGena Cholin-3-Komplex** vereint drei bioaktive Formen von Cholin: Cholin-Dihydrogencitrat, L-Cholinbitartrat und Citicolin (Cognizin®). Diese Kombination sorgt für eine umfassende und ausgewogene Versorgung mit Cholin.

Cholin kann vom Körper nur in sehr kleinen Mengen selbst produziert werden. Daher ist eine ausreichende Aufnahme über die Nahrung wichtig. Es wird als semi-essentieller Nährstoff eingestuft und früher auch als Vitamin B4 bezeichnet.

Im Körper wird Cholin in verschiedene wichtige Substanzen umgewandelt, darunter Phosphatidylcholin, Lipide und den Neurotransmitter Acetylcholin. Cholin trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel und zu einem normalen Fettstoffwechsel sowie zur Erhaltung einer normalen Leberfunktion bei.

Cholin kommt in vielen Lebensmitteln vor, darunter Fleisch, Geflügel, Fisch, Milchprodukte, Eier sowie pflanzliche Quellen wie Brokkoli, Kohlgemüse, Bohnen, Nüsse, Samen und Vollkorngetreide. Eine abwechslungsreiche Ernährung ist daher wichtig, um den Cholinbedarf zu decken.



-  farbstofffrei
-  glutenfrei
-  laktosefrei
-  trenn- und bindemittelfrei
-  100% vegan

## Produktdaten

ART	Nahrungsergänzungsmittel	
ARTIKELNUMMER	2018139	
GTIN	4260633571391	
PPN	11 19660029 73	
PZN AT		
PZN DE	19660029	
INHALT	90 Kapseln (90-Tage-Packung)	
GEWICHT NETTO	52,3 g	

NatuGena Cholin-3-Komplex enthält L-Cholinbitartrat, das vom Körper besser aufgenommen werden kann als das in vielen Nahrungsergänzungsmitteln verwendete Phosphatidylcholin, welches bei manchen Menschen Magen-Darm-Beschwerden verursachen kann. L-Cholinbitartrat ist daher eine besonders gut verträgliche und sanfte Alternative.

Citicolin (Cognizin®) ist eine hochwertige Form von Cholin, die besonders gut vom Körper aufgenommen wird. Es fördert die Bildung von Phosphatidylcholin, einem wichtigen Bestandteil der Zellmembranen.

## Verzehrempfehlung

1-mal täglich 1 Kapsel. Optimal ist der Verzehr mindestens 30 Minuten vor oder 90 Minuten nach einer Mahlzeit mit 250 ml stillem, lauwarmem Wasser oder wahlweise mit einer halben frisch gepressten Zitrone.

## Zutaten

Cholin-Dihydrogencitrat, L-Cholinbitartrat, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose (HPMC); Citicolin (Cognizin®).

## Inhaltsstoffe

	PRO TAGESDOSIS ( 1 KAPSEL)
Cholin-Dihydrogencitrat	191 mg
- davon Cholin	67 mg
L-Cholinbitartrat	163 mg
- davon Cholin	67 mg
Citicolin (Cognizin®) <sup>1</sup>	100 mg

<sup>1</sup>Cognizin® is a trademark of KYOWA HAKKO BIO CO, LTD.

## Rechtliche Hinweise

Dieses Produkt dient der Ernährung und berührt deshalb nicht das Heilmittelwerbegesetz (HWG). Ein guter Ernährungsstatus kann dem Organismus helfen Erkrankungen vorzubeugen oder diese zu überwinden. Alle zu dem Produkt getroffenen Aussagen beschreiben Eigenschaften und physiologische Wirkungen, die bei Konsumenten natürlicherweise unterschiedlich ausfallen können, und stellen keine Heil- oder Gesundheitsversprechen dar.

# Cholin-3-Komplex

Cholin-Dihydrogencitrat, L-Cholinbitartrat, Citicolin (Cognizin®)

## Nahrungsergänzungsmittel

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und für eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. Verschluss, kühl, trocken und lichtgeschützt lagern. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nicht für den Verzehr durch Kinder bestimmt.

## Reinsubstanzen-Prinzip

Nur Nährstoffe (keine Hilfsstoffe, keine Farbstoffe, laut Gesetz keine Konservierungsstoffe, keine technologischen Zusätze wie Binde- und Trennmittel, keine versteckten Zusatzstoffe, frei von Gluten, Geschmacksverstärkern, Laktose, Aromen, Soja).



-  farbstofffrei
-  glutenfrei
-  laktosefrei
-  trenn- und bindemittelfrei
-  100% vegan

Stand: 11.11.2024

Seite 2 von 2



NatuGena-Produkte werden in Deutschland nach den Standards EN ISO 9001, GMP und HACCP hergestellt.

NatuGena GmbH  
Münchener Str. 149  
85051 Ingolstadt  
Deutschland

Tel.: +49 841 13 80 69 80  
Fax: +49 841 13 80 69 89  
Mail: [info@natugena.de](mailto:info@natugena.de)  
Web: [www.natugena.de](http://www.natugena.de)