

MSM 1000 - 120 tabl

MSM 1000 - 120 tabl

BON0941

Koop dit product op <https://supplentia.com/nl/nl/msm-1000-mg-120-tabs-5659>

Methylsulfonylmethaan (MSM) is een organisch gebonden vorm van zwavel. We krijgen ook zwavel binnen via onze voeding, maar deze gaat veelal bij het kookproces verloren. Naarmate de leeftijd stijgt kan de effectiviteit van de zwavelstofwisseling achteruitgaan en wordt het belangrijker om de hoeveelheid zwavel in het lichaam op peil te houden.

Beschrijving

Methylsulfonylmethaan (MSM) is een organisch gebonden vorm van zwavel. We krijgen ook zwavel binnen via onze voeding, maar deze gaat veelal bij het kookproces verloren. Naarmate de leeftijd stijgt kan de effectiviteit van de zwavelstofwisseling achteruitgaan en wordt het belangrijker om de hoeveelheid zwavel in het lichaam op peil te houden.

Hoog gedoseerd met 1000 mg MSM per tablet

Waarom MSM?

MSM (methylsulfonylmethaan) is een bron van zwavel. Het gebruik van zwavel is al heel lang bekend. Al in de oudheid was het baden in de zwavelrijke hete bronnen, vaak van vulkanische oorsprong, een geliefde methode om het lichaam te ontspannen. In veel hedendaagse kuuroorden is het water ook vaak rijk aan zwavelverbindingen.

MSM wordt ook wel dimethylsulfon genoemd, een scheikundige benaming voor twee methylgroepen gekoppeld aan een zwavelatoom. Zwavel behoort met calcium, magnesium, kalium, natrium en fosfor tot de macromineralen: mineralen die het lichaam dagelijks in grote hoeveelheden nodig heeft. Toch is het één van de meest onderschatte mineralen. Zwavel uit MSM is een bouwsteen van de zwavelhoudende aminozuren cysteïne en methionine, die onderdeel zijn van vrijwel alle eiwitten. Inmiddels stijgt de wetenschappelijke interesse naar MSM elk jaar met tot nu toe meer dan 300 wetenschappelijke publicaties.

We moeten zwavel uit voeding halen, want we kunnen het niet zelf aanmaken. Voedingsbronnen zijn onder andere algen, fruit, groenten, granen en thee. Zwavel komt niet in grote hoeveelheden in de voeding voor en er gaat ook nog eens een groot deel verloren bij het kookproces. Veel mensen blijken dan ook ongemerkt een zwaveltekort te hebben. Wanneer het niet lukt om voldoende zwavelhoudende voeding binnen te krijgen of wanneer we, doordat we ouder worden, een afnemende effectiviteit van onze zwavelstofwisseling ervaren, kan een MSM-supplement uitkomst bieden. Zo kan de hoeveelheid zwavel in het lichaam op peil gehouden worden.

De voordelen van Bonusan MSM 1000 mg

Bonusan MSM 1000 mg heeft een hoge dosering waardoor één tablet de hoeveelheid zwavel in het lichaam aanzienlijk aanvult. De aanbevolen dagdosering is één tot drie tabletten, die bij de maaltijd ingenomen kunnen worden. Desgewenst kan de dosering tijdelijk worden verhoogd tot vier of meer tabletten per dag.

Bonusan MSM is ook beschikbaar in een poeder, de [Bonusan MSM poeder](#) en voor uitwendig gebruik hebben wij [MSM gel](#) in ons assortiment.

Hoge kwaliteit dankzij gecontroleerd productieproces

MSM is een natuurlijke vorm van organisch zwavel waardoor Bonusan MSM 1000 mg snel en goed wordt opgenomen door het lichaam.

Bij Bonusan streven we de hoogste kwaliteit na van de werkzame basisstof. Onze leveranciers voldoen aan strenge eisen en we verwerken de MSM-grondstof met veel zorg voor kwaliteit in onze MSM-tabletten. Dankzij uitgebreide controles in elke stap van ons productieproces kunnen we garanderen dat Bonusan MSM 1000 mg aan de scherpste kwaliteitseisen voldoet.

Geschikt voor aanvullen van zwavel in het lichaam

Het menselijk lichaam heeft dagelijks grote hoeveelheden nodig van macromineralen zoals zwavel. MSM is een zwavelverbinding en helpt de zwavelniveaus in het lichaam aan te vullen, bijvoorbeeld in het geval dat er weinig zwavelhoudende voeding geconsumeerd. Bonusan MSM 1000 mg is geschikt voor een brede doelgroep en wordt met name in hoge doseringen ingezet in een therapeutisch traject.

MSM is een van de meest veilige stoffen. Toch kan het zijn dat bij gevoelige personen zich na aanvang van het gebruik van MSM gastro-intestinale klachten voordoen, bijvoorbeeld darmkrampen of lichte diarree. In dergelijke gevallen wordt geadviseerd de inname van MSM meer over de dag te spreiden of de dosering te verlagen en geleidelijk weer op te bouwen. Een soortgelijk advies geldt wanneer zich ontgiftingsverschijnselen voordoen. Met name bij hoge doseringen in een therapeutisch traject is het dan verstandig om de dosering geleidelijk op te bouwen om deze verschijnselen te vermijden. Bonusan MSM bevat geen dierlijke substanties en is daarmee geschikt voor vegetariërs en veganisten.

Klinische observaties wijzen erop dat MSM de bloedplaatjesaggregatie kan remmen. Raadpleeg een deskundige bij gelijktijdig gebruik van medicijnen.

Aanbevolen gebruik

Dagelijks 1 tot 3 tabletten tijdens of vlak na de maaltijd innemen. Tijdelijk kan de dosering tot 4 of meer tabletten per dag worden verhoogd. Daarna kan met een onderhoudsdosering van 1 tot 3 tabletten per dag worden volstaan. Bij hoge doseringen is het raadzaam de dosering langzaam op te bouwen. Het effect van MSM is soms pas na enige weken merkbaar. Bij aanvang van het gebruik van MSM kunnen gastrointestinale klachten (o.a. darmkrampen, lichte diarree) voorkomen. Door de inname van MSM meer over de dag te spreiden of de dosering te verlagen en geleidelijk weer op te bouwen worden deze klachten in het algemeen verholpen. Een soortgelijk advies geldt wanneer zich typische verschijnselen voordoen van een gebrekkige leverontgiftiging.

Bewaaraadvies

Droog en bij kamertemperatuur bewaren. Buiten bereik van kinderen bewaren.

Waarschuwing

Samenstelling

Samenstelling per tablet :
(dagdosering)

Methylsulfonylmethaan (MSM)	1000.00	mg
-----------------------------	---------	----

Ingrediënten

Methylsulfonylmethaan, vulstof (microkristallijne cellulose (cellulosegel), cellulose (HPC)), antiklontermiddel (magnesiumstearaat).

* RI = Referentie-inname

Categorie:	Gewrichten / Spieren / Osteo
Ingrediënt:	MSM
Vorm:	Tablet
Vrij van:	Conserveringsmiddelen, Dierlijke substanties, Gluten, Lactose, Soja, Synthetische kleurstoffen, Synthetische smaakstoffen