

## Mucuna pruriens - 60 vcaps

Mucuna pruriens type vcaps

## Mucuna pruriens - 60 vcaps

VKR91381

Koop dit product op <https://supplentia.com/nl/nl/mucuna-pruriens-60-vcaps>

Gestandaardiseerd op minimaal 20% L-Dopa

## Beschrijving

Mucuna is de rijkste natuurlijke bron van l-dopa\*\*

De Mucuna pruriens, of fluweelboon is een tropische klimplant die uitzonderlijk snel groeit. Binnen een jaar kan de van oorsprong Zuid-Chinese of Oost-Indische boom een hoogte van minimaal drie tot maximaal achttien meter bereiken. Overigens vinden we het lid van de vlinderbloemigen tegenwoordig ook veel in Afrika, Amerika en West-Indië. De Mucuna pruriens wordt veelal verbouwd om zijn paarse boonachtige peulen, die rijk zijn aan verschillende gezondheidsbevorderende nutriënten. De belangrijkste is het zogenoemde levodopa (l-dopa), waarvan de fluweelboon zelfs de rijkste bron wereldwijd is!

L-Dopa is de voorloperstof van dopamine\*\*

L-Dopa is de directe voorloperstof van dopamine, de neurotransmitter die onder meer vrijkomt bij het eten van vlees, vis, eieren, melkproducten, avocado, noten, zaden en peulvruchten. Verder kan het doen van bepaalde activiteiten, zoals seks of sport zorgen voor een verhoogde dopamineactiviteit.

Desalniettemin is dopamine een van de kwetsbaarste neurotransmitters; stress en slaapttekort zijn vaak boosdoeners van een verstoorde balans. Daarnaast zorgen alcohol, nicotine, cafeïne, suiker en verschillende soorten drugs voor een korte opleving van de neurotransmitter. Keerzijde; in de dagen na het gebruik van stimulerende middelen daalt de dopamineactiviteit, waardoor ontoereikende niveaus ontstaan. In verschillende situaties kan suppletie met Mucuna pruriens dus van toegevoegde waarde zijn.

De Ayurvedische peulvrucht kent verschillende toepassingen Wellicht ben je bekend met ashwagandha of curcuma, twee bekende ayurvedische kruiden die we reeds in ons assortiment hebben. De Mucuna pruriens is echter een minder bekend product van de traditionele Indische geneeskunde. Zonde, want de paarse peulen hebben talloze toepassingen; eeuwen geleden geïntroduceerd door Indische wijsgeren, de afgelopen decennia onderschreven door wetenschap. We zetten de fluweelboon voornamelijk in voor een verhoogd libido, een goed geheugen en een verbeterde energievoorziening\*\*.

Daarnaast draagt de veelzijdige peulvrucht bij aan een evenwichtige bloedsuikerspiegel, ondersteunt het de mannelijke vruchtbaarheid en de toename van spiermassa\*\*. Voor de vrouw draagt de antioxidant bij aan een normale menstruatie en de gezondheid van het vrouwelijke voortplantingsorgaan\*\*.

Hoogwaardig extract van minimaal 20% l-dopa

De fluweelboon bevat tussen de 3,1 en 6,7% l-dopa en is daarmee zelfs de rijkste bron van levodopa bekend. Toch moet je heel veel van de vrucht eten wil je enig effect ondervinden van de l-dopa. Daarom bevat onze Mucuna pruriens een extract, waarin de werkzame stoffen van de fluweelboon in hoge getallen aanwezig zijn. Desalniettemin zijn niet alle Mucuna pruriens extracten van hoge kwaliteit. Een snelle vlucht door het fluweelboon aanbod op de Nederlandse markt leert ons dat er talloze producten met een 5%, 10% of 15% l-dopa extract verkrijgbaar zijn. Het percentage geeft aan hoeveel procent van het extract daadwerkelijk levodopa bevat. Wij hebben voor onze Mucuna pruriens gekozen voor het meest hoogwaardige extract voorhanden, van maar liefst 20%! Hoge dosering van 500 mg per capsule Naast de kwaliteit van het extract is natuurlijk ook de dosering van belang.

Een hogere dosering zorgt gewoonweg voor meer werkzame stoffen en dus voor meer effect. De meeste fluweelboon supplementen bevatten tussen de 250 en 400 mg extract per capsule. Uit onderzoek blijkt dat deze doseringen te laag zijn voor een toereikend effect. Daarom bevat onze Mucuna pruriens maar liefst 500 mg extract per capsule, en adviseren we tot twee caps per dag te nemen; een onderbouwde dosering!

**\*\* Voorlopig toegestane gezondheidsclaims (on hold):**

- Mucuna pruriens is een natuurlijke bron van L-dopa, de voorloperstof van dopamine
- Mucuna pruriens verhoogt het libido, is goed voor het geheugen en bevordert de energievoorziening Mucuna pruriens draagt bij aan een evenwichtige bloedsuikerspiegel en het behoud van de cognitieve functie naarmate we ouder worden
- Mucuna pruriens ondersteunt de mannelijke vruchtbaarheid en de toename van spiermassa
- Mucuna pruriens ondersteunt de gezondheid van het vrouwelijke voortplantingsorgaan en draagt bij aan een normale menstruatie
- Mucuna pruriens heeft antioxidatieve eigenschappen en draagt daarmee bij aan het immuunsysteem

#### **Aanbevolen gebruik**

Neem 1 tot 2 caps per dag, tenzij anders geadviseerd. Bij voorkeur tijdens het ontbijt innemen met water. Raadpleeg een deskundige bij zwangerschap(wens) of borstvoeding. De aanbevolen dosering niet overschrijden.

#### **Bewaaradvies**

Droog en op kamertemperatuur (15-25°) bewaren. Buiten bereik en zicht van jonge kinderen houden.

#### **Waarschuwing**

n.v.t.

Een gezonde levensstijl is belangrijk, evenals een gevarieerde evenwichtige voeding, waarvoor voedingssupplementen geen vervanging zijn.

## **Samenstelling**

#### **Samenstelling per dosering (1 vega capsule):**

Mucuna Pruriens (fluweelboon) extract (min. 20% L-Dopa)

#### **Hoeveelheid**

500 mg

#### **RI\***

\*\*

#### **Ingrediënten**

Mucuna pruriens (fluweelboon) extract, cellulose (anti-klontermiddel), HPMC (capsule)

\* RI = Referentie-inname

|                    |                                        |
|--------------------|----------------------------------------|
| <b>Categorie:</b>  | Cognitief / Neuro                      |
| <b>Ingrediënt:</b> | Mucuna Pruriens                        |
| <b>Kenmerk:</b>    | Non-GMO, Veganistisch, Vegetarisch     |
| <b>Vorm:</b>       | Vegetarische capsule                   |
| <b>Vrij van:</b>   | Conserveringsmiddelen, Gluten, Lactose |