

KERABIONE™

DLA WŁOSÓW I PAZNOKCI^{1,2,3}

Suplement diety

¹Biotyna, selen, cynk pomagają zachować zdrowe włosy.

²Miedź pomaga w utrzymaniu prawidłowej pigmentacji włosów.

³Selen, cynk pomagają zachować zdrowe paznokcie.

Składniki: chlorowodorek L-lizyny, L-cysteina, L-metionina, stabilizator – hydroksypropylometyloceluloza, kwas L-askorbinowy (witamina C), substancja przeciwzbrylająca – węglan wapnia, drożdże wzbogacone w selen (selen), skrobia kukurydziana, octan D-alfa-tokoferylu (witamina E), cytrynian cynku (cynk), amid kwasu nikotynowego (niacyna), ekstrakt z kielków bambusa (*Bambusa spp.*), woda, substancja przeciwzbrylająca – sole magnezowe kwasów tłuszczowych, glukonian miedzi (II), octan retinylny (witamina A), tlenek cynku (cynk), hialuronian sodu, ryboflawina (witamina B₂), D-biotyna. Produkt może mieć charakterystyczny zapach.

	2 kapsułki 1,22 g	RWS*
L- cysteina	200 mg	
L- lizyna	200 mg	
L- metionina	200 mg	
Witamina C	80 mg	100 %
Niacyna	16 mg	100 %
Ekstrakt z kielków bambusa,	13,34 mg	
w tym krzem	10 mg	
Witamina E	10 mg	83,33 %
Cynk	10 mg	100 %
Kwas hialuronowy	5 mg	
Ryboflawina	1,4 mg	100 %
Miedź	1 mg	100 %
Witamina A	800 µg	100 %
Selen	55 µg	100 %
Biotyna	50 µg	100 %

*RWS – Referencyjne wartości spożycia

Instrukcja użycia: dorośli i dzieci powyżej 12 lat 2 kapsułki dziennie podczas posiłku.

Ostrzeżenia: nie przekraczać zalecanej porcji do spożycia w ciągu dnia. Suplementy diety nie mogą być stosowane jako substytut (zamiennik) różnicowanej diety. Dla utrzymania prawidłowego stanu zdrowia bardzo ważna jest zrównoważona dieta i zdrowy tryb życia.

Przechowywanie: przechowywać w suchym miejscu, w temperaturze poniżej 25°C, w sposób niedostępny dla małych dzieci.

Producent: Valentis AG, CH-6982 Agno – Lugano, Szwajcaria.

Dystrybutor: Valentis Polska Spółka z o.o., ul. Krakowiaków 50, 02-255 Warszawa, Polska.

Wyrdukowano w UE.



Dbaj o Twoje włosy i paznokcie

Biotyna, selen i cynk pomagają zachować zdrowe włosy, a miedź pomaga w utrzymaniu prawidłowej ich pigmentacji. Pyszyste, błyszczące i mocne włosy są oznaką dobrego stanu zdrowia. Wygląd włosów wynika ze stanu zdrowia tj. procesów metabolicznych, pracy układu hormonalnego i ośrodkowego układu nerwowego. Zmęczenie, stres, zmiany hormonalne lub nerwowość mogą wpłynąć na wzrost włosów, a nawet zmienić ich kolor. Rygorystyczne diety, złe nawyki żywieniowe oraz choroby związane z zaburzeniami metabolicznymi mogą powodować, że włosy stają się coraz cieńsze, odbarwiają się lub następuje ich utrata i spowolnienie wzrostu.

Jak wszystkie tkanki i ich procesy są ze sobą ściśle powiązane w naszym ciele, tak te same substancje, które są niezbędne dla włosów są równie korzystne dla paznokci.

Powszechnie przyjmuje się, że selen i cynk pomagają zachować zdrowe paznokcie, miedź pomaga w utrzymaniu prawidłowej pigmentacji włosów. Ponadto witamina C pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym.

Biotyna (nazywana także witaminą H oraz witaminą B₇) jest rozpuszczalną w wodzie witaminą z grupy B. Ludzkie ciało nie magazynuje tej witaminy, dlatego nasze jedzenie musi zawierać wystarczającą jej ilość.

- Biotyna przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu makroskładników odżywczych. Biotyna pełni rolę kofaktora (niezbędnego składnika) czterech enzymów nazywanych karboksylazami, które biorą udział w metabolizmie makroskładników odżywczych. Te zależne od biotyny karboksylazy odgrywają kluczową rolę w metabolizmie kwasów tłuszczowych, aminokwasów i węglowodanów.
- Biotyna pomaga zachować zdrowe włosy i zdrową skórę. Gdy ilość biotyny jest wystarczająca, a aktywność karboksylaz zależnych od biotyny (zwłaszcza karboksylazy acetylo-CoA) nie jest zmniejszona, metabolizm kwasów tłuszczowych również przebiega normalnie, co ma pozytywny wpływ na skórę i włosy. Funkcja biotyny w syntezie białek, poprzez zależne od niej karboksylazy, a dokładniej rola w produkcji kolagenu i keratyny, może również wyjaśniać jej wkład w utrzymanie zdrowej skóry i zdrowych włosów.

Selen występuje w żywności zarówno pochodzenia zwierzęcego jak i roślinnego. Osoby na ścisłej diecie oraz na wybiórczej diecie lub palące powinny zwrócić szczególną uwagę aby ich normalna dieta zawierała odpowiednie ilości selenu.

- Selen pomaga zachować zdrowe włosy i paznokcie. Jako część systemu obrony antyoksydacyjnej, selen może pomagać w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym, usuwaniu z komórek szkodliwych produktów przemiany materii oraz w zapobieganiu negatywnemu wpływowi promieniowania UVB na włosy.
- Selen pomaga w prawidłowym funkcjonowaniu tarczycy. Tarczycą jest narządem o najwyższej zawartości selenu w przeliczeniu na 1 gram tkanki, gdzie gromadzi się on w selenoproteinach: peroksydazie glutationowej, reduktazie tioredoksyny i trzech dehydrazach jodotyroninowych. Selen bierze udział w aktywacji i dezaktywacji hormonów tarczycy za pośrednictwem enzymów dehydraz jodotyroninowych, a tym samym reguluje działanie hormonów tarczycy.
- Selen pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. Selen, poprzez niskocząsteczkowe przeciwutleniacze, enzymy peroksydazy glutationowe i reduktazy tioredoksynowe, które są zależne od selenu i mogą reagować na suplementację selenem, jest pośrednim składnikiem sieci przeciwutleniaczy. Selen może pomóc w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym i wspomagać utrzymanie stabilności błon komórkowych.

KERABIONE™

DLA WŁOSÓW I PAZNOKCI^{1,2,3}

Suplement diety

Cynk jest pierwiastkiem śladowym, który przyczynia się do utrzymania prawidłowego metabolizmu węglowodanów, kwasów tłuszczowych i makroskładników odżywczych. Cynk pomaga również w syntezie białka i pełni rolę w procesie podziału komórek. Osoby będące na ścisłej diecie oraz wegetarianie powinni zwrócić szczególną uwagę, aby ich normalna dieta zawierała odpowiednie ilości cynku.

- Cynk pomaga zachować zdrowe włosy, paznokcie i skórę. Cynk jest niezbędnym składnikiem (kofaktorem) ponad 200 różnych enzymów biorących udział w metabolizmie białek, węglowodanów i tłuszczów oraz kwasów nukleinowych. Wywiera fizjologiczny wpływ na wszystkie etapy syntezy białek, w tym keratyny i kolagenu, które wchodzą w skład struktury włosów, skóry i paznokci, dlatego odpowiednia ilość cynku w diecie jest ważna dla utrzymania zdrowych włosów, paznokci i skóry.

- Cynk pomaga w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym. Stres oksydacyjny odgrywa dużą rolę w procesie starzenia. Reaktywne formy tlenu (wolne rodniki) są generowane przez wiele czynników endogennych (wewnętrznych) jak i środowiskowych. Reaktywne formy tlenu lub wolne rodniki to wysoko reaktywne cząsteczki, które mogą bezpośrednio uszkadzać strukturalne błony komórkowe, tłuszcze, białka i DNA. Organizm posiada endogenne (wewnętrzne) mechanizmy obronne, takie jak enzymy antyoksydacyjne i nieenzymatyczne antyoksydanty – cząsteczki antyoksydacyjne, chroniące go przed wolnymi rodnikami poprzez ich redukcję i neutralizację. Wraz z wiekiem wzrasta produkcja wolnych rodników, a endogenne mechanizmy obronne słabną.

Cynk uczestniczy w antyoksydacyjnym systemie obrony organizmu. Jest kofaktorem (niezbędnym składnikiem) enzymu antyoksydacyjnego cynkowo-miedzowej dysmutazy ponadtlenkowej. Cynk może wiązać się z białkami, czyniąc je mniej podatnymi na utlenianie. Cynk indukuje ekspresję metalotioneiny i zwiększa aktywność katalazy, które mogą wymiaćać reaktywne formy tlenu. Może wypierać metale podatne na reakcje oksydacyjno redukcyjne, takie jak żelazo i miedź, zarówno z białek, jak i tłuszczów, a tym samym zmniejszać indukowane przez metale tworzenie rodników hydroksylowych i chronić makrocząsteczki.

Wchłanianie **miedzi** spada ze względu na poziom żelaza i cukru owocowego (fruktozy). O dostarczenie odpowiedniej ilości miedzi w normalnej diecie warto także zadbać w lecie, gdy wytwarzanie melaniny jest większe.

- Miedź pomaga w utrzymaniu prawidłowej pigmentacji włosów i skóry. Rola miedzi w pigmentacji skóry i włosów jest związana z udziałem enzymu zawierającego miedź – tyrozynazy (oksydazy monofenolowej) w syntezie melaniny. Pigmentacja skóry i włosów – melanina odpowiada za ochronę skóry i włosów przed uszkodzeniami słonecznymi.
- Miedź występuje we wszystkich narządach ludzkiego ciała. Miedź pomaga w ochronie komórek (także komórek mieszków włosowych) przed stresem oksydacyjnym. Miedź działa jako składnik wielu metaloenzymów, które zapewniają ochronę przed uszkodzeniami oksydacyjnymi spowodowanymi szkodliwymi reaktywnymi formami tlenu. Ceruloplazmina jest dominującym białkiem miedzi w osoczu, które może mieć funkcje przeciwutleniające. Miedź pomaga w **utrzymaniu prawidłowego stanu tkanek łącznych**. Miedź jest kofaktorem (niezbędnym składnikiem) enzymu oksydazy lizylowej, który ma kluczowe znaczenie dla tworzenia oraz funkcjonowania tkanki łącznej w całym ciele i pomaga w tworzeniu wiązań krzyżowych, które stabilizują nowo powstałą elastynę i kolagen, stanowiące z kolei ważną część prawidłowej struktury skóry.

Osoby, które jedzą mało warzyw i owoców (szczególnie w zimie lub wczesną wiosną), są na diecie, pałą lub spożywają alkohol, powinny zwrócić szczególną uwagę na spożywanie odpowiednich ilości **witamin** C.

- Witamina C jest przeciwutleniaczem, który pomaga chronić komórki przed stresem oksydacyjnym. Wolne rodniki wytwarzane w procesach biochemicznych w organizmie lub pochodzące z czynników zewnętrznych (promieniowanie, zanieczyszczenia) powodują stres oksydacyjny, który jest szkodliwy dla wszystkich komórek. Mieszki włosowe są również wrażliwe na stres oksydacyjny. Witamina C bierze udział w ochronie komórek przed stresem oksydacyjnym – działa jako rozpuszczalny w wodzie przeciwutleniacz i jest wymiataczem wolnych rodników. Jest częścią złożonej sieci antyoksydacyjnego systemu obronnego, który obejmuje antyoksydanty endogenne (wytwarzane przez organizm) antyoksydanty pobierane w diecie, enzymy antyoksydacyjne oraz mechanizmy naprawcze, z wzajemnymi interakcjami i efektami synergii pomiędzy różnymi składnikami.

Witamina C pomaga w prawidłowej **produkcji kolagenu** w celu zapewnienia prawidłowego funkcjonowania skóry – Witamina C jest koenzymem dla enzymów zwanych dioksygenazami, które katalizują dodanie grup hydroksylowych do aminokwasów proliny i lizyny cząsteczki kolagenu w celu stabilizacji jego potrójnej helisy. Prawidłowe tworzenie kolagenu jest wymagane do właściwej budowy wielu tkanek w ciele, w tym skóry głowy.

Spis literatury

- European Food Safety Authority (EFSA) Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to biotin and energy-yielding metabolism (ID 114, 117), macronutrient metabolism (ID 113, 114, 117), maintenance of skin and mucous membranes (ID 115), maintenance of hair (ID 118, 2876) and function of the nervous system (ID 116) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. EFSA Journal 2009; 7(9):1209
- European Food Safety Authority (EFSA) Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to selenium and maintenance of normal hair (ID 281), maintenance of normal nails (ID 281), protection against heavy metals (ID 383), maintenance of normal joints (ID 409), maintenance of normal thyroid function (ID 410, 1292), protection of DNA, proteins and lipids from oxidative damage (ID 410, 1292), and maintenance of the normal function of the immune system (ID 1750) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. EFSA Journal 2010;8(10):1727.
- European Food Safety Authority (EFSA) Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to selenium and protection of DNA, proteins and lipids from oxidative damage (ID 277, 283, 286, 1289, 1290, 1291, 1293, 1751), function of the immune system (ID 278), thyroid function (ID 279, 282, 286, 1289, 1290, 1291, 1293), function of the heart and blood vessels (ID 280), prostate function (ID 284), cognitive function (ID 285) and spermatogenesis (ID 396) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. EFSA Journal 2009; 7(9):1220
- European Food Safety Authority (EFSA). Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to zinc and maintenance of normal skin (ID 293), DNA synthesis and cell division (ID 293), contribution to normal protein synthesis (ID 293, 4293), maintenance of normal serum testosterone concentrations (ID 301), “normal growth” (ID 303), reduction of tiredness and fatigue (ID 304), contribution to normal carbohydrate metabolism (ID 382), maintenance of normal hair (ID 412), maintenance of normal nails (ID 412) and contribution to normal macronutrient metabolism (ID 2890) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. EFSa Journal 2010; 8(10): 1819.
- European Food Safety Authority (EFSA). Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to zinc and function of the immune system (ID 291, 1757), DNA synthesis and cell division (ID 292, 1759), protection of DNA, proteins and lipids from oxidative damage (ID 294, 1758), maintenance of bone (ID 295, 1756), cognitive function (ID 296), fertility and reproduction (ID 297, 300), reproductive development (ID 298), muscle function (ID 299), metabolism of fatty acids (ID 302), maintenance of joints (ID 305), function of the heart and blood vessels (ID 306), prostate function (ID 307), thyroid function (ID 308), acid-base metabolism (ID 360), vitamin A metabolism (ID 361) and maintenance of vision (ID 361) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. EFSA Journal 2009; 7(9):1229
- European Food Safety Authority (EFSA) Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to copper and protection of DNA, proteins and lipids from oxidative damage (ID 263, 1726), function of the immune system (ID 264), maintenance of connective tissues (ID 265, 271, 1722), energy-yielding metabolism (ID 266), function of the nervous system (ID 267), maintenance of skin and hair pigmentation (ID 268, 1724), iron transport (ID 269, 270, 1727), cholesterol metabolism (ID 369), and glucose metabolism (ID 369) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. EFSA Journal 2009; 7(9):1211.
- European Food Safety Authority (EFSA) Panel on Dietetic Products, Nutrition and Allergies (NDA). Scientific Opinion on the substantiation of health claims related to vitamin C and protection of DNA, proteins and lipids from oxidative damage (ID 129, 138, 143, 148), antioxidant function of lutein (ID 146), maintenance of vision (ID 141, 142), collagen formation (ID 130, 131, 136, 137, 149), function of the nervous system (ID 133), function of the immune system (ID 134), function of the immune system during and after extreme physical exercise (ID 144), non-haem iron absorption (ID 132, 147), energy-yielding metabolism (ID 135), and relief in case of irritation in the upper respiratory tract (ID 1714, 1715) pursuant to Article 13(1) of Regulation (EC) No 1924/2006. EFSA Journal 2009; 7(9):1226.
- Fan AM, Kizer KW. Selenium. Nutritional, toxicologic, and clinical aspects. West J Med. 1990 Aug;153(2):160-7.
- Gorini F, Sabatino L, Pingitore A, Vassalle C. Selenium: An Element of Life Essential for Thyroid Function. Molecules. 2021;26(23):7084. Published 2021 Nov 23.
- IoM (Institute of Medicine). 2000. Dietary reference intakes for vitamin C, vitamin E, selenium and carotenoids. National Academies Press, Washington DC.
- IoM (Institute of Medicine). 2001. Dietary Reference Intakes for vitamin A, vitamin K, arsenic, boron, chromium, copper, iodine, iron, manganese, molybdenum, nickel, silicon, vanadium and zinc. National Academy Press, Washington DC.
- Patel DP, Swink SM, Castelo-Soccio L. A Review of the Use of Biotin for Hair Loss. Skin Appendage Disord. 2017 Aug;3(3):166-169.
- Tong L. Structure and function of biotin-dependent carboxylases. Cell Mol Life Sci. 2013 Mar;70(5):863-91.
- Vollmer DL, West VA, Lephart ED. Enhancing Skin Health: By Oral Administration of Natural Compounds and Minerals with Implications to the Dermal Microbiome. Int J Mol Sci. 2018 Oct 7;19(10):3059.
- Trüeb RM. Oxidative stress in ageing of hair. Int J Trichology. 2009 Jan;1(1):6-14.



Date: 2022-09-12 [PL]

Preview file! Not for print!