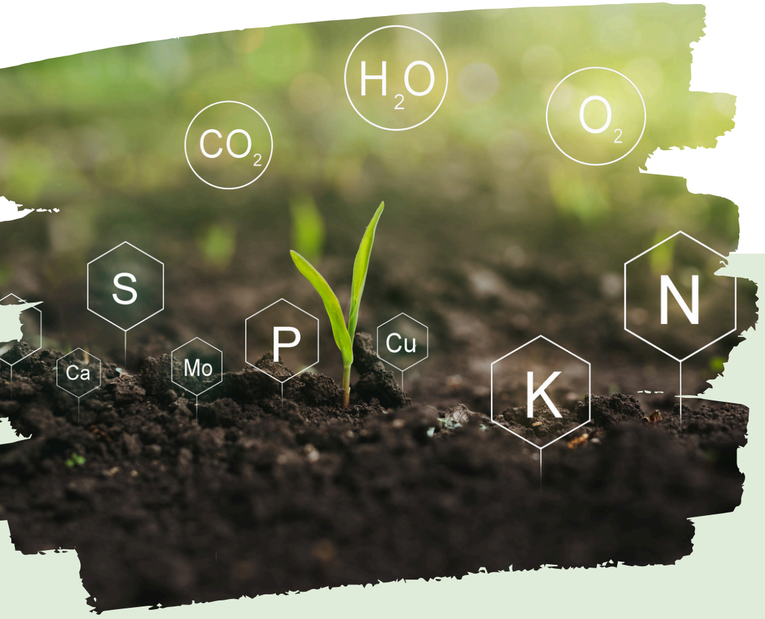

Vegan – UV Protection – Gluten Free – Cruelty Free
revivalab
Revive your life
IMMUNO
/03/
Designed to support immunity
High Frequency Food
Voedingssupplement
Complément alimentaire
60 capsules


IMMUNITEIT IS DE BELANGRIJKSTE FACTOR VAN HET ZELFGENEZEND VERMOGEN
© Revivalab



VERTERINGSENZYMEN
PROTEOLYTISCHE ENZYMEN
IMMUNITEIT

© Revivalab



ESSENTIËLE VOEDINGSSTOFFEN

Wat zijn essentiële voedingsstoffen*?

Dit zijn nutriënten die noodzakelijk zijn voor verschillende vitale functies maar **die het lichaam niet zelf kan aanmaken.**
Het is dus noodzakelijk of essentieel dat men deze voedingsstoffen via de voeding of suppletie binnenkrijgt.

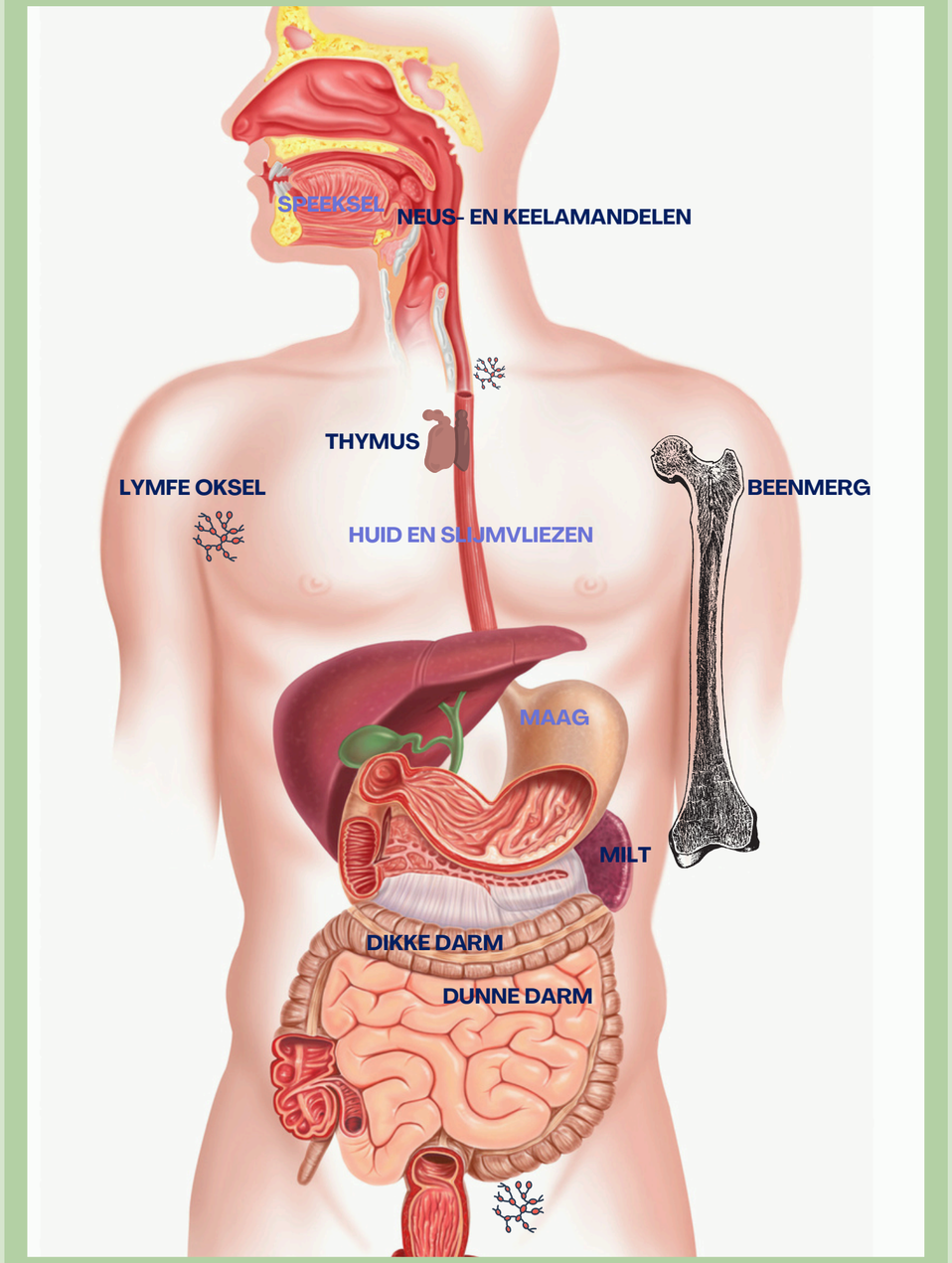


IMMUNO

- **essentiële voedingsstoffen**
- **semi-essentiële nutriënten**
- **co-factoren**



*Lijst essentiële voedingsstoffen is achteraan in deze cursus terug te vinden



IMMUNITEIT

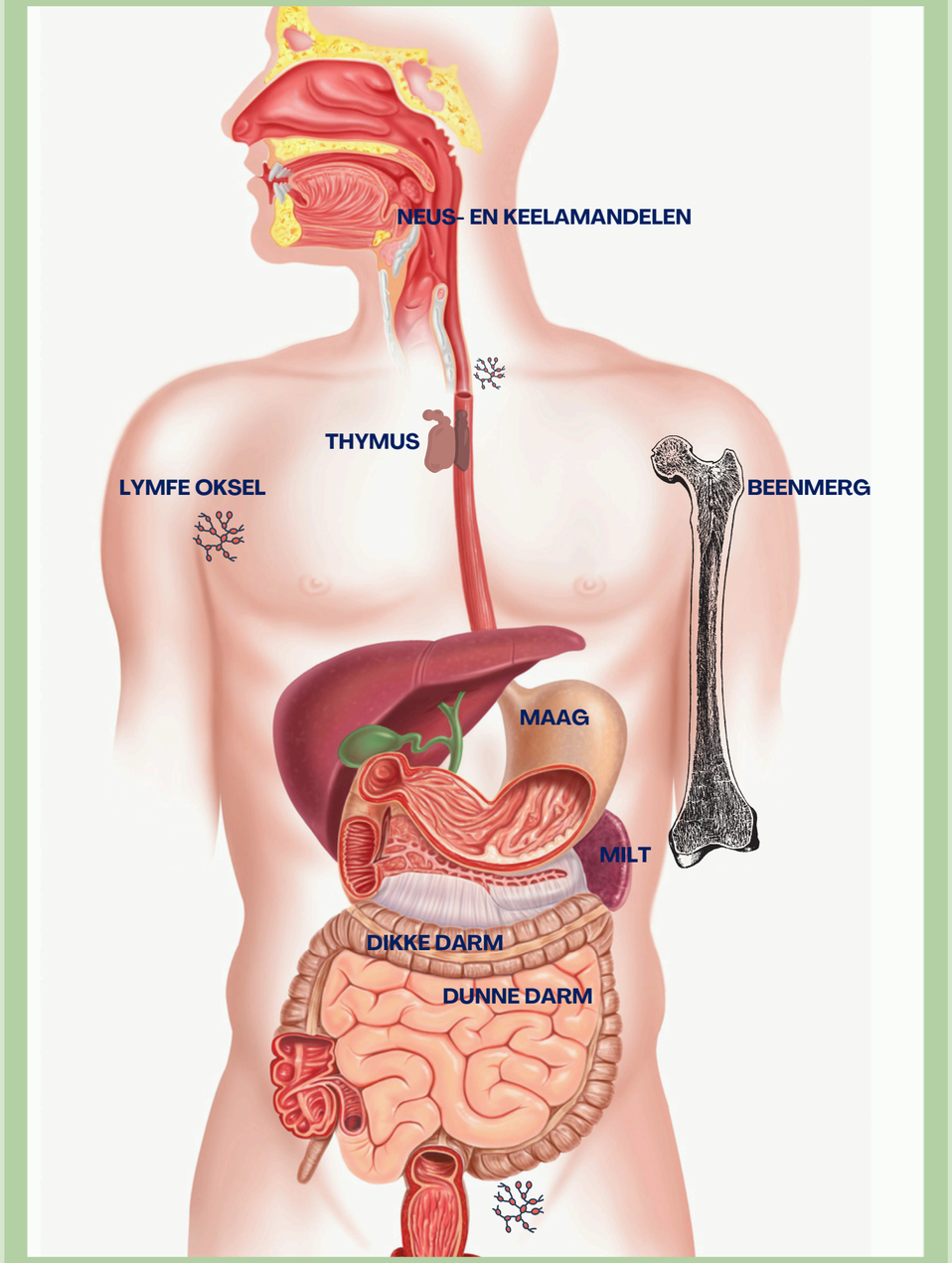
De aangeboren immuniteit of niet-specifieke afweer

- aangeboren
- **fysieke barrière** - eerste verdedigingslinie
  huid en de slijmvliezen van het spijsverteringskanaal, de luchtwegen, urinewegen en vagina
- **chemische barrière**
  speeksel + maagzuur
- **cellen en signaalstoffen** - tweede verdedigingslinie
- niet specifiek

De verworven immuniteit of specifieke afweer

- ontwikkeling tijdens 1ste levensjaren
- **organen**: milt, thymus, beenmerg en de lymfe
- **cellen en signaalstoffen** : antilichamen en specifieke afweercellen (lymfocyten)
- specifiek op één ziekteverwekker

© Revivalab



IMMUNITEIT

We worden dagelijks blootgesteld aan allerhande potentieel schadelijke (micro-)organismen. Het immuunsysteem, een netwerk van ingewikkelde stadia en banen in het lichaam, beschermt ons tegen deze schadelijke stoffen.

Bij de mens spreken we over twee soorten immuniteit : de aangeboren immuniteit en de adaptieve immuniteit.

De aangeboren immuniteit of niet-specifieke afweer

- De **fysieke barrière** is de eerstelijnsverdediging tegen ziekteverwekkers en lichaamsvreemde indringers. De huid en de slijmvliezen van het spijsverteringskanaal, de luchtwegen, urinewegen en vagina vormen samen de fysieke barrière. Het speeksel en het maagzuur vormen samen de **chemische barrière**.
- Omdat de aangeboren afweer bestaat uit **cellen en signaalstoffen** die zich niet specifiek richten tegen één ziekteverwekker, wordt deze ook de niet-specifieke afweer genoemd. Tezamen vormen deze afweercellen en signaalstoffen de tweede verdedigingslinie.

© Revivalab



De verworven immuniteit of specifieke afweer

Wanneer de niet-specifieke afweer niet in staat is om een ziekteverwekker onschadelijk te maken, komt de specifieke afweer in actie.
Dit ontwikkelt zich in de eerste levensjaren, doordat ons lichaam in contact komt met verschillende ziekteverwekkers. Kenmerkend voor het specifieke immuunsysteem is dat **elke reactie is gericht tegen één specifieke ziekteverwekker**.

Bij een afweerreactie van de specifieke afweer wordt immuniteit opgebouwd, dit betekent dat er **geheugen wordt opgebouwd** tegen de betreffende ziekteverwekker. Bij een tweede invasie van dezelfde ziekteverwekker kan het afweersysteem dan veel sneller reageren.

Bij de specifieke afweer spelen de milt, de thymus, het beenmerg en de lymfe een grote rol door onder andere de aanmaak van antilichamen en specifieke afweercellen (lymfocyten).

© Revivalab



SYMPTOMEN VAN EEN VERMINDERDE IMMUNITEIT

Terugkerende ontstekingen

Vermoeidheid

Slechte cholesterolwaarden

Hormonale problemen

Huidaandoeningen

Hoofdpijn

Degeneratieve aandoeningen

Vroegtijdige (huid-)veroudering

Chronische problemen

Trage wondheling

Allergieën

© Revivalab

VOORDELEN VAN SUPPLETIE IMMUNO



Bestrijden van inflammatoire processen

Natuurlijke energiebooster

Bestrijden van oxidatieve processen

Ondersteuning bij herstelprocessen

Hormonale ondersteuning en vruchtbaarheid

Natuurlijke immuniteitsbooster

Ondersteuning stofwisseling

Verbetering wondgenezing

© Revivalab



IMMUNO fiche

WERKZAME INGREDIENTEN per 2 capsules

Zink	10mg	L-methionine	100mg
B6 pyridoxine	3mg	L-cysteïne	100mg
B12 methylcobalamine	1.5mcg	Resveratrol	100mg
B7 inositol	100mg	Curcuma longa L	50mg
B4 cholinebitatraat	50mg	Sylibum marianum	50mg
L-gluthation	150mg	Chlorella	100mg
Taurine	100mg	Alfaliponzuur	100mg
L-glutamine	100mg		
Glycine	150mg		



DOSERING

Onderhoud 2x daags 1 capsule
Therapeutisch 2x daags 2 capsules

INNAME

bij de maaltijden

Mensen met een doorslikprobleem kunnen de capsule openen en de inhoud mengen met een klein beetje water. Noot : de anti-oxidatieve werking kan hierdoor verminderen.

IMMUNO

MOGELIJKE TOEPASSINGEN MET AANBEVOLEN DAGDOSIS



We adviseren een kuur van minstens 3 MAANDEN

HORMONALE DISBALANS
2 x2 capsule bij maaltijd

ONDERSTEUNING VAN DE IMMUNITEIT
2 x2 capsules bij de maaltijd

HUIDKLACHTEN EN ACNÉ
2 x1 capsule bij maaltijd

VERKOUDHEDEN, GRIEP, CORONA
2 x 2 capsules bij de maaltijd

VERMOEIDHEID
2 x1 capsule bij maaltijd

ALLERGIEËN
2 x1 capsule bij maaltijd

LONGPROBLEMEN
2 x1 capsule bij de maaltijd

ONDERSTEUNING VAN DE DAGELIJKSE ONTGIFTING
2 x1 capsule bij maaltijd

© Revivalab

Opmerkingen



Om de aanbevolen hoeveelheid voor een cliënt/patiënt vast te kunnen stellen, dienen we te kijken we naar verschillende factoren die belangrijk zijn hiertoe:
wat zijn de klachten,
hoe is het voedingspatroon/ vertering,
wat is de leefstijl,
gebruik van andere medicatie/ suppletie ...

Belangrijk!

Bepaalde ingrediënten (zoals zink) kunnen interacties hebben met medicijnen of andere supplementen. Moment van inname van de Immuno zal daardoor bepaald zijn 3 uur voor of na de medicatie of supplement met koper of ijzer. Raadzaam om altijd even de huisarts te consulteren indien nodig.

ONDERSTEUNING MET SUPPLETIE

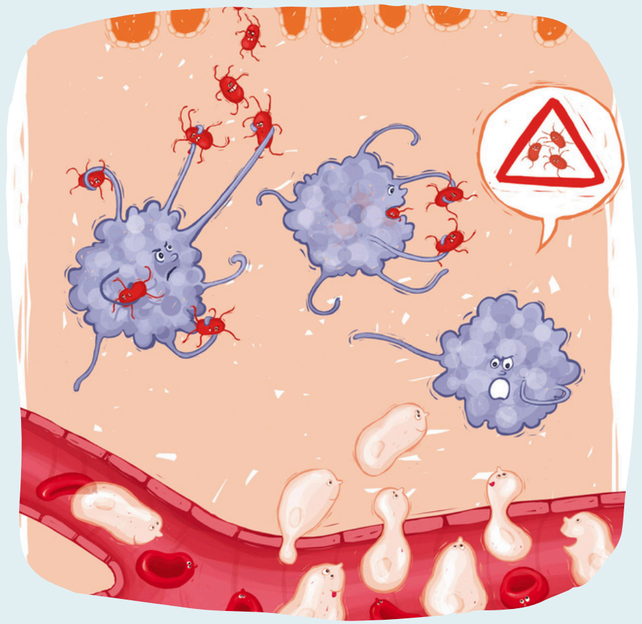
Waarom ?

- bodemuitputting door landbouwtechnieken
- bewerkte voeding
- meer toxische stoffen in voeding, medicatie, lucht - meer noodzaak aan essentiële voedingsstoffen - minder qua inname
- langdurige stress - oxidatie, degeneratie, inflammatie
- te weinig lichaamsbeweging
- verouderen én gezond zijn
- ADH is minimumhoeveelheid, vaak te laag

ONDERSTEUNING MET SUPPLETIE

Waarom inzetten op supplementen ter ondersteuning van de immuniteit?

- Voedingsmiddelen bevatten steeds minder essentiële voedingsstoffen omdat de bodem door intensieve landbouw verschraald is.
- Bewerkte voedingsmiddelen bevatten zeer weinig (essentiële) voedingsstoffen.
- Men wordt dagelijks aan tal van gifstoffen blootgesteld, zowel in onze voeding (bestrijdingsmiddelen, conserveringsmiddelen etc.) en geneesmiddelen, als in de lucht (smog, uitlaatgassen etc.). De essentiële voedingsstoffen beschermen het lichaam tegen schadelijke invloeden van buitenaf. Die hebben we dus extra hard nodig, terwijl we er steeds minder van binnen krijgen.
- Veel mensen ervaren vaak langdurige stress en leven een jachtig leven. Langdurige stress werkt oxidatie, degeneratie en inflammatie in de hand.
- Gezonde vormen van lichaamsbeweging ontbreekt vaak bij veel mensen.
- Mensen worden steeds ouder en willen zo lang mogelijk leven in goede gezondheid. Dat vraagt om optimale hoeveelheden nutriënten.
- De aanbevolen dagelijkse hoeveelheid voor voedingsstoffen is door de reguliere wetenschap bepaald als minimumhoeveelheid om gebreksziekten te voorkomen. Je moet dus TEN MINSTE deze hoeveelheden binnen krijgen. Die doseringen zijn voor de meeste mensen veel te laag om in een gezonde conditie te blijven.





Immuunreacties

"Antigen" is afkomstig vanuit het Engels : antibody generator. Het is een stof waardoor het immuunsysteem antilichamen gaat aanmaken. Eén type van antigenen zijn de **allergenen** : dit zijn de stoffen die een allergische reactie veroorzaken zoals pollen, voedselbestanddelen, stof of dierharen.
De gevoeligheid van mensen voor antigenen varieert. Een allergie voor schimmel bijvoorbeeld, veroorzaakt hoesten en piepende ademhaling bij een gevoelig persoon, maar veroorzaakt geen reactie bij iemand anders.

Bij de aangeboren immuniteitsreactie is de **fase van ontsteking** een belangrijke en normale fase die wordt veroorzaakt door het vrijkomen van histamine. Histamine in het bloed kan leiden tot pijn, jeuk en zwelling om te helpen bij het verwijderen van de ziekteverwekkers. Echter, een langdurige fase van ontsteking kan het immuunsysteem overweldigen en dat kan leiden tot weefselbeschadiging.

Bij **auto-immuunziekten** is er (genetisch bepaald of verworven) overgevoeligheid en gaat men ervan uit dat de immuuncellen gezonde cellen aanvallen en vernietigen. Bv. lupus, reumatoïde artritis, ...

Immunodeficiëntiestoornissen , genetisch bepaald of verworven, kunnen het immuunsysteem onderdrukken of zelfs volledig uitschakelen. Het afweersysteem is zo verzwakt dat de persoon zeer vatbaar wordt voor ziekteverwekkers. Bv. AIDS, leukemie, ...

BESTRIJDEN VAN OXIDATIEVE EN INFLAMMATOIRE PROCESSEN

langdurige stress,
vroegtijdige veroudering
degeneratieve aandoeningen
huidproblemen,
verstoorde bloedsuikerspiegel en diabetes,
slechte cholesterol,
te hoge algemene ontstekingswaarden,
problemen van het darmslijmvlies,
belasting van zware metalen,
menstruatieproblemen

NATUURLIJKE IMMUNITEITS- EN ENERGIEBOOSTER

allergische aandoeningen,
vermoeidheid,
herstelperiode na operatieve ingreep,
depressie,
slapeloosheid,
burn-out,
verkoudheden,
verminderde weerstand

ONDERSTEUNING VAN HERSTEL

zenuwaandoeningen,
spier-en gewrichtspijnen,
lage rugpijn,
trage wondheling,
dermatitis,
bloedarmoede,
orgaanschade,
bij stress

IMMUNO

Zink

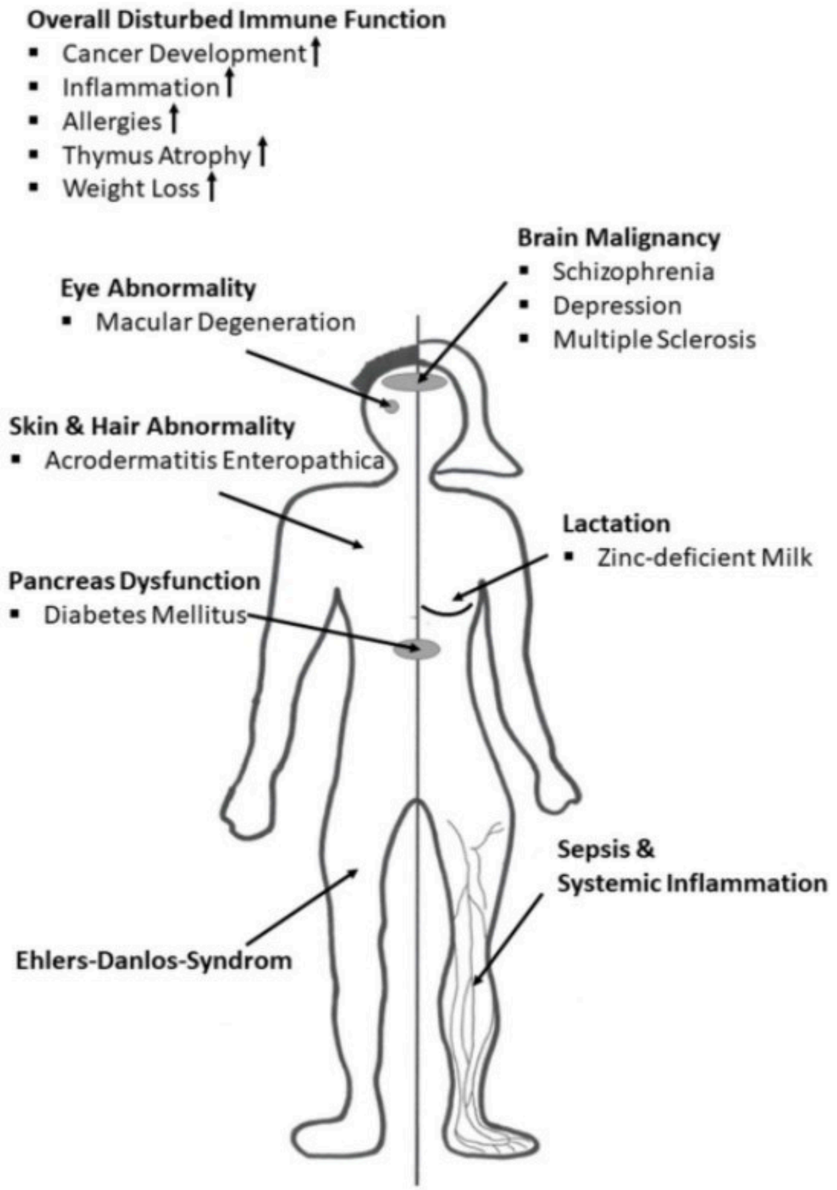
In Immuno per 2 capsules : 10mg

Elke cel in ons lichaam heeft zink nodig.
Zink is essentieel voor de werking van het immuunsysteem.
Zinkionen zijn betrokken bij de regulering van intracellulaire signaalwegen in aangeboren en adaptieve immuuncellen en het is al lang vastgesteld dat zink sterke anti-inflammatoire en anti-oxidante eigenschappen heeft. (bron 2)

Zink is ook essentieel voor de activiteit van meer dan 300 enzymen.

Een goede zinkstatus draagt bij tot

- normale groei en ontwikkeling,
- hersenfunctie (cognitie, gedrag, stemming),
- immuunsysteem (verhoging productie antilichamen),
- antioxidantsysteem,
- stofwisseling van eiwitten, koolhydraten en vetten,
- wondheling en weefselvernieuwing,
- botstofwisseling,
- (exocriene, endocriene) pancreasfunctie,
- hartfunctie,
- schildklierfunctie,
- vruchtbaarheid van de vrouw,
- normale testosterongehalten
- bloedstolling,
- darmbarrièrefunctie en
- zintuigfunctie (zien, ruiken, proeven).



© Revivalab

Figuur Invloed van zink en een zinktekort op verschillende lichaamssystemen (bron 3)

Zink als poortwachter van de immuunfunctie (bron 3)

Invloed van de zink status op het immuunsysteem.. Zink homeostase is essentieel voor een goede immuniteit Zink tekort en een zink teveel leiden tot een malfunctie van het aangeboren en het adaptieve immuunsysteem wat uiteindelijk leidt tot de ontwikkeling van verschillende immuunaandoeningen.

ZINK DEFICIENTIE	ZINK HOMEOSTASE	ZINK TEVEEL
overproductie van pro-inflammatoire cytokines en reactieve stoffen	balans van aantal immuun cellen en functies	onderdrukking van T -& B celfuncties
atrofie van thymus	balans tussen tolerantie en afweer mechanisme	teveel regulatoire T-cellen
Th1/Th2 disbalans (de t-helper-cellen van immuunsysteem)		directe activatie macrofagen
minder onrijpe of naïeve B-cellen (rol bij adaptieve immuniteit)		
minder regulatoire t-cellen (afweercellen)		
meer Th17-cellen (chronische ontstekingen)		



IMMUNO

Vitamine B6 Pyridoxaal-5-fosfaat

In Immuno per 2 capsules : 3 mg

Vitamine B6 heeft een sleutelrol bij de productie van T-lymfocyten en interleukines (specifieke immuniteit) en speelt een rol bij de vorming van de darmflora (aangeboren immuniteit).

Vitamine B6

- heeft een functie bij de productie van rode bloedcellen (de synthese van heem van de hemoglobine),
- speelt rol bij de afbraak van glycogeen (energievoorziening)
- is een cofactor bij de omzetting van tryptofaan in vitamine B3 (niacine),
- levert samen met B1 en B12 bijdrage aan goede werking van het zenuwstelsel,
- is betrokken bij een normale celfunctie en celdeling,
- speelt rol bij de balans met natrium en fosfor
- is een cofactor bij meer dan 100 enzymatische processen (bron 4)
- regelt de werking van bepaalde hormonen
- noodzakelijk bij opbouw van hersenweefsel van de foetus tot 1 jaar

Door wetenschappelijk onderzoek komt ook meer en meer inzicht in de rol van B6 bij pathogenen : celbescherming tegen bvb schimmelinfecties en B6 speelt een rol bij het tegengaan van glycatie eindproducten (AGE's geven een verhoogd risico op diabetes, artherosclerose en cardiovasculaire aandoeningen).

Een tekort aan B6 kan, net zoals een tekort aan zink , de Th1/Th2 balans verstoren, wat door een overmatige Th2reactie kan resulteren in allergieën.



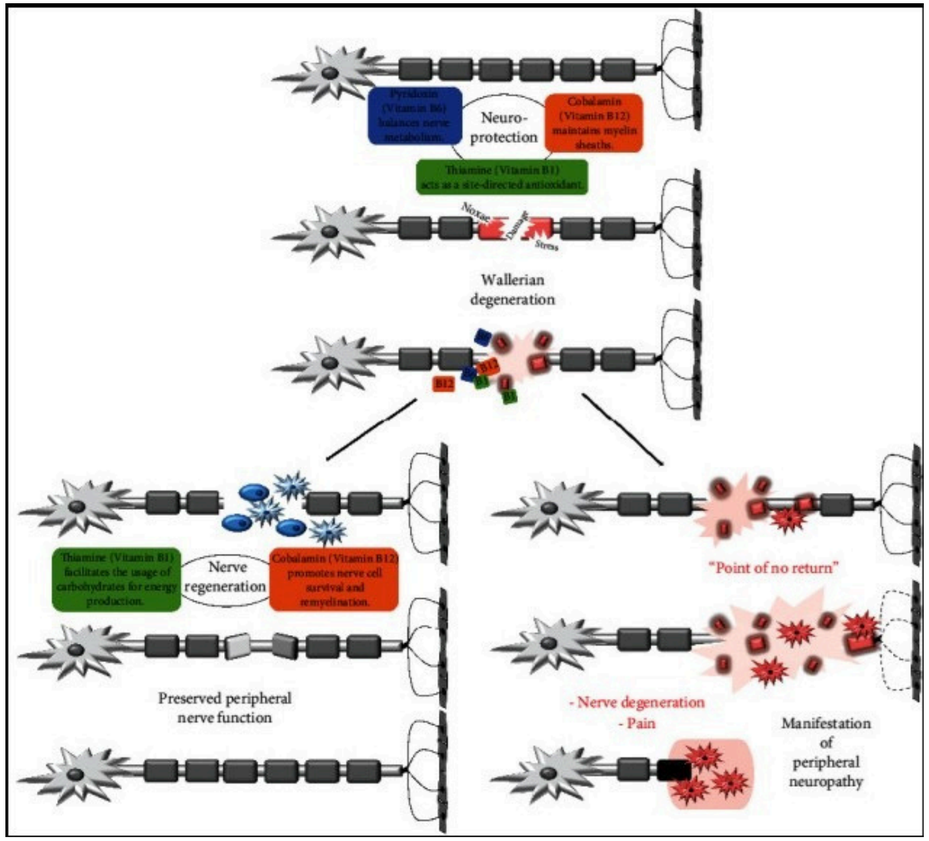
IMMUNO

Vitamine B12 Methylcobalamine

In Immuno per 2 capsules : 1,5 mcg

Methylobalamine ,één van de actieve vormen van vitamine B12,

- is noodzakelijk bij de ontwikkeling van de rode bloedcellen in het beenmerg
- is een cofactor bij verschillende aspecten van de stofwisseling (enzymatische reacties)
- regelt samen met folaat en vitamine B6 het homocysteïne-metabolisme en is zo een belangrijke factor bij de preventie van hart- en vaatziekten (bron 7)
- is betrokken bij de aanmaak van neurotransmitters en de vorming van de myelineschede van zenuwcellen en daarom is methylcobalamine uitermate belangrijk voor het functioneren van de hersenen, het ruggenmerg en zenuwen (bron 5)
- is noodzakelijk bij de omzetting van homocysteïne tot methionine , wat op zijn beurt noodzakelijk is voor een normale celdeling
- reguleert oxidatieve stress en handhaaft de genomische stabiliteit , waardoor de integriteit van telomeren en de veroudering van cellen wordt beïnvloed (bron 7)
- heef een rol als antioxidant bij het afweermechanisme ifv ouderdomsgeralteerde ziekten



Figuur (bron 6)
Neurotropische B-vitaminen kunnen de manifestatie van perifere neuropathie voorkomen (rechtsonder) door het proces van Walleriaanse degeneratie om te buigen naar regeneratie en remyelinisatie (linksonder).

© Revivalab

IMMUNO

N-Acetyl-L-Cysteïne NAC

In Immuno per 2 capsules : 100 mg

N-acetyl-L-cysteïne is een (zwavelhoudend) aminozuur dat het lichaam zelf kan aanmaken maar wordt beschouwd als een *conditioneel of semi-essentieel aminozuur*.

NAC

- is noodzakelijk bij de eiwitsynthese
- fungeert als antioxidant : vangt vrije radicalen en beschermt zo de cellen en weefsels
- speelt rol bij detoxproces van de lever, ondersteunt de leverfunctie en beschermt tegen de toxiciteit van zware metalen, cytostatica en paracetamol
- is de voorloper van glutathion, wat de snelheid van de aanmaak van lymfocyten bepaald, speelt zo rol bij immuniteit
- speelt rol bij uithoudingsvermogen door antioxidantactiviteit in het spierweefsel
- is slijmoplossend: maakt slijm vloeibaarder in de luchtwegen
- speelt een rol bij de glutamaatactiviteit in de hersenen
- kan oxidatie van LDL remmen

L-Methionine

In Immuno per 2 capsules : 100 mg

L-methionine is een een zwavelbevattend essentieel aminozuur dat een precursor is voor verschillende andere aminozuren.

L-methionine

- is onmisbaar bij de omzetting van selenium en vitamine B12
- heeft functie bij herstelprocessen
- is een precursor voor succinyl-CoA, homocysteine, cysteine, creatine, en carnitine
- activeert de productie van enzymen met antioxidante eigenschappen
- noodzakelijk bij de eiwitsynthese
- bescherming van cellen en weefsels door antivirale en antioxiderende eigenschappen
- regulatie van aangeboren immuunsysteem
- functie bij de synthese van glutathion om oxidatieve stress tegen te gaan

IMMUNO

Resveratrol

In Immuno per 2 capsules : 100 mg

Resveratrol is een antioxidant die voorkomt in verschillende planten maar vooral in de schil van blauwe druiven.

Resveratrol heeft
- antioxiderende,
- ontstekingsremmende,
- immunomodulerende,
- glucose- en lipidenregulerende,
- neuroprotectieve en
- cardiovasculair beschermende effecten,

en kan daardoor bescherming bieden tegen diverse chronische ziekten, zoals hart- en vaatziekten, kanker, leverziekten, obesitas, diabetes, de ziekte van Alzheimer en de ziekte van Parkinson. (bron 9)

L-Glutathion

In Immuno per 2 capsules : 150 mg

L-glutathion is een verbinding van de drie aminozuren cysteïne, glutamine en glycine. L-glutathion heeft vier belangrijke functies : detoxificatie, immuunversterkend, antioxidatie en DNA-beschermend.

L-glutathion
- bindt aan vetoplosbare toxines en maakt deze wateroplosbaar zodat ze kunnen worden uitgescheiden via de urine,
- is het enige antioxidant dat regenereert om zelf weer vrije radicalen te neutraliseren. Het draagt ook bij aan het hergebruik van andere antioxidanten zoals vitamine C, vitamine E, alfa-liponzuur en coënzym Q10,
- reproductie en activering van lymfocyten,
- betrokken bij bijna alle lichaamseigen herstel- en afweersystemen. Een gezonde groei en activiteit van het immuunsysteem is afhankelijk van glutathion. De snelheid van de aanmaak van lymfocyten, en ook de aanmaak van Interleukines en antilichamen wordt mede mogelijk gemaakt door de voorraad beschikbare glutathion.
- beschermt de cellen en DNA

IMMUNO

Taurine

In Immuno per 2 capsules : 100 mg

Taurine is een aminozuurachtige stof en wordt beschouwd als een conditioneel essentiële voedingsstof.

Eigenschappen (bron 10)

- bescherming tegen ophoping van calciumionen in de cellen
- bescherming tegen oxidatieve stress
- osmoregulatie in de cellen
- fungeert als neurotransmitter, taurine is belangrijk voor het gezichtvermogen, leren, motoriek, hartritme, (hart) spiercontractie en bloeddruk
- antioxidatieve werking in het oog
- is betrokken bij de glucosehomeostase en speelt een rol bij de insuline-afgifte, heeft insuline-achtige effecten en bevordert de perifere insulinegevoeligheid
- is van belang voor het aangeboren en verworven immuunsysteem en heeft een ontstekingsremmende activiteit. Taurine is het meest voorkomende aminozuur in de witte bloedcellen.
- speelt een rol bij de spermacellen

Inositol (B7)

In Immuno per 2 capsules : 100 mg

Inositol is een pseudo-vitamine (vitamine B7) en belangrijk voor

- vetzuurstofwisseling,
- galvorming,
- hersenfunctie
- insulinewerking

Bij vrouwen met PCOS (polycysteus ovarium syndroom), insulineresistentie en oligomenorroe kan suppletie met inositol (4 gram/dag) leiden tot verbetering van ovariumfunctie en zwangerschapskans, verbetering van bloedlipiden (daling LDL en triglyceriden, stijging HDL) en gewichtsafname. (bron 11)

IMMUNO

L-Glutamine

In Immuno per 2 capsules : 100 mg

L-glutamine is het meest voorkomende niet-essentiëel aminozuur in het lichaam. In periodes van metabole stress zoals brandwonden, bloedvergiftiging , trauma, bij zware chirurgie of bij grote fysieke inspanning dalen de intracellulaire glutaminegehaltes daarom behoort L-glutamine ook tot de conditioneel of semi-essentiële aminozuren.

Eigenschappen

- precursor voor metathione, arginine
- zorgt voor gezond darmslijmvlies (darmbarrière)
- immuunfunctie : levert de brandstof voor de lymfocyten en de enterocyten
- precursor voor de antioxidant glutathion
- functie bij stikstoftransport
- stimuleert de heat shock proteine (weefselbescherming na stress of trauma) en vermindert de toename van ontstekingsbevorderende cytokines

(bron 12)

Glycine

In Immuno per 2 capsules : 150 mg

Glycine is een niet-essentieel aminozuur maar wordt ook een conditioneel essentieel aminozuur genoemd omdat de productie ervan in sommige condities tekort schiet aan de behoefte.

Eigenschappen

- precursor van glutathion, creatine en acetylcholine
- bouwstof van collageen
- helpt herstel van leverschade door alcohol
- neurotransmitter in centrale zenuwstelsel
- rol bij weefselherstel en wondgenezing en huidgezondheid
- rol bij energieproductie
- functie bij regulatie van de bloedsuikerspiegel
- regulatie van de aanmaak van galzuur
- ondersteuning voor optimale groei van de darmmicrobiotica (bron 13)

IMMUNO

Cholinebitartraat (B4)

In Immuno per 2 capsules : 150 mg

Choline is een essentiëel aminozuur

Eigenschappen
- fungeert als precursor voor verschillende stoffen
- metabolisatie van homocysteïne
- neurotransmittersynthese (acetylcholine)
- rol bij regulatie van de homocysteïnespiegel
- rol bij enterohepatische cyclus en beschermt het leverweefsel
- bescherming tegen schade van spierweefsel
- bescherming hart- en vaatziekten
- functie bij neurocognitieve ontwikkeling en bescherming
- vetstofwisseling (lipidentransport)
- samenstelling en herstel van de celmembranen
- verhoogde nood bij zwangerschap en lactatie
- rol bij ontwikkeling en functioneren van placenta

(bron 14,15)

Curcuma longa L

In Immuno per 2 capsules : 50 mg

Curcuma longa of geelwortel heeft (uit de wortel) als actief bestanddeel de curcumine.

Eigenschappen
- antioxidant
- ontstekingsremmend
- invloed op regulatie bloedsuikerspiegel
- bescherming van de lever
- ondersteuning van het immuunsysteem door rol bij balans van de T helpercellen. De Th-cellen zijn belangrijk voor een normale immuunrespons tegen pathogenen. Een verschuiving in de balans tussen Th1, Th2 en Th17 resulteert in verschillende aandoeningen zoals allergieën, auto-immuunaandoeningen en inflammatoire ziekten.
- afremming van verouderingsproces
- invloed op de hersenen
- invloed op de darmwand (bron 16)

IMMUNO

Sylibum marianum

In Immuno per 2 capsules : 50 mg

Sylibim marianum of Mariadistel is een kruid dat silymarin,flavonoïden, fenolderivaten, betaïne, trimethylglycine, saponinen en fytosterolen bevat.

Eigenschappen

- antioxidatief
- ontstekingsremmend
- immunomodulerend (onderdrukking van T cellenactivering en toename van lymfocyten proliferatie)
- fibrose remmend
- neuroprotectief
- anticarcinogeen
- positieve invloed op de cholesterolsynthese
- bevordert de galafscheiding
- beschermt onder meer lever, alvleesklier, hart, longen, nieren en hersenen

(bron 17)

© Revivalab

IMMUNO

Chlorella vulgaris

In Immuno per 2 capsules : 100 mg

Chlorella is een microalg enbevat alle essentiële nutriënten, inclusief hoge concentraties plantaardig eiwit, vezels, biologisch beschikbare vitaminen en mineralen en daarnaast chlorofyl, nucleïnezuren en carotenoïden (met name bètacaroteen en luteïne). Chlorella is één van de meest geconcentreerde bronnen van bètacaroteen, calcium, magnesium en zink die er bestaan.

Eigenschappen

- stimuleert de celregeneratie
- detoxificiërend en bloedzuiverend
- ondersteuning immuniteit (stimuleren de witte bloedcellen voor de aanmaak van interferon), bescherming tegen bacteriën, schimmels en virussen
- antioxidant
- kan regulatie van de bloeddruk ondersteunen
- herstel darmflora

(bron 19,20,21)

Alfaliponzuur ALA

In Immuno per 2 capsules : 100mg

Alfaliponzuur is een zwavelhoudend vetzuur dat in elke cel aanwezig is en meer bepaald in de energiecentrales van de cel: de mitochondriën. Het is essentieel voor de cellulaire energieproductie.

Eigenschappen

- antioxidant
- regeneratie van andere antioxidanten
- anti-inflammatoir
- leverbeschermend
- binden van zware metalen
- bescherming centrale zenuwstelsel
- invloed op de bloedsuikerspiegel (glucoseopname en glycogeensynthese)
- invloed op cholesterolgehalte
- rol bij omzetting van energie
- effect op immuniteit: blokkeert inflammatoire cytokines

(bron 22,23)



TIPS #LEEFSTIJL

Kies Echt voedsel.

Eiwitten van goede kwaliteit, gezonde vetten, veel groen & groenten, noten, zaden, fruit en drink water. Vermijd zoveel mogelijk bewerkte en suikerrijke voeding.

Enzymtherapie.

Ondersteun de dagelijkse detox van de cellen en het bloed met enzymsuppletie.

Beweeg! Beweeg!

Maak beweging een onderdeel van je dagelijkse routine.
Met een lichte inspanning 15 minuten per dag verlaagt reeds de kans op vroegtijdig overlijden en bij 8 minuten intensieve inspanning per dag worden er ook al positieve gezondheidseffecten vastgesteld!

© Revivalab

Lijst* essentiële nutriënten voor de mens

*bron wikipedia

De blauw gekleurde nutriënten : komen van nature voor in Chlorella Vulgaris, welk een ingrediënt is van Immuno.

Drukletters: de nutriënten zijn de essentiële voedingsstoffen die aanwezig zijn in het Immuno complex van Revivalab, in combinatie met andere - voor de immuniteit - onmisbare stoffen.

Noten

1. Arginine en histidine zijn essentieel voor een groeiend kind.
2. Het aminozuur tyrosine kan uitsluitend uit fenylalanine worden geproduceerd.
3. Het aminozuur cysteïne kan uitsluitend uit methionine worden geproduceerd.
4. Door de darmflora wordt bionine beperkt aangemaakt.
5. Nicotinezuur heeft in tryptofaan een (essentiële) metabole precursor.
6. Onder invloed van zonlicht wordt Vitamine D beperkt aangemaakt door de huid.
7. Het mineraal fluor is niet-essentieel, maar voorkomt tandcariës.
8. Maakt het lichaam wel zelf aan maar niet genoeg voor de dagelijkse behoefte.
9. Halfvitamine want wordt door lichaam aangemaakt maar ontoereikend.
10. Halfvitamine , veel invloed op lichaamsfuncties.

Essentiële aminozuren[noot 1]

- **fenylalanine[noot 2]**
- **isoleucine**
- **leucine**
- **lysine**
- **METHIONINE [noot 3]**
- **threonine**
- **tryptofaan**
- **valine**

Essentiële vitamines (wateroplosbaar)

- **ascorbinezuur_vitamine C**
- **biotine _vitamine B7 [noot 4]**
- **CHOLINE_VITAMINE B4 [NOOT 9]**
- **foliumzuur_vitamine B11**
- **INOSITOL [NOOT 10]**
- **niacine_vitamine B3 [noot 5]**
- **panthotheenzuur**
- **PYRIDOXINE_VITAMINE B6**
- **riboflavine _vitamine B2**
- **thiamine _vitamine B1**
- **VITAMINE B12**

Essentiële vitamines (vetoplosbaar)

- **retinol_vitamine A**
- cholecalciferol_vitamine D[noot 6]
- **tocoferol_vitamine E**
- **menadion_vitamine K [noot 8]**

Essentiële mineralen [noot 7]

- **calcium**
- **chloor**
- **chroom**
- **fosfor**
- **jodium**
- **ijzer**
- **kalium**
- **koper**
- **magnesium**
- **mangaan**
- molybdeen
- **natrium**
- **selenium**

Essentiële vetzuren

- linolzuur
- **alfa-linoleenzuur (ALA)**
- eicosapentaeenzuur

© Revivalab

LINKS NAAR BRONNEN IFV IMMUNO

(1) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/18500366/

(2) https://www.mdpi.com/2072-6643/9/12/1286/htm

(3) figuur https://www.mdpi.com/2072-6643/9/12/1286

(4) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470579/

(5) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8294980/

(6) figuur https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8294980/

(7) https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0083672922000140

(8) https://www.mdpi.com/2072-6643/11/2/482/htm

(9) https://www.mdpi.com/2304-8158/9/3/340/htm

(10) https://www.sohf.nl/nutrienten/l-taurine

11) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27898267/

(12) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3220259/

(13) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6627940/

(14) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6259877/

(15) https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2782876/

(16) https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/21688370.2018.1425085

(17) https://www.sohf.nl/nutrienten/mariadistel

(18) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28125040/

(19) https://mens-en-gezondheid.infonu.nl/natuurgeneeswijze/108728-de-geneeskracht-van-chlorella.html

(20) https://www.medicalnewstoday.com/articles/320067

(21) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22849818/

(22) https://dmsjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/1758-5996-6-80

(23) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34405764/

Revivalab

PROTEASE ABSORPTIE STUDIES

1971, Moriya, "Intestinal Absorption of Protease"
1974, Yamaguchi, "Intestinal Absorption of the Semialkaline Proteinase from Aspergillus melleus"
1981, Sakuma, "Aspergillus Protease absorption"
1992, Heyman, "Significance of Intestinal Food Protein Transport"
1995, Isenman, "Transport of proteins across membranes - a paradigm in transition"
2002, Rothman, "Conservation of Digestive Enzymes"
2012, Lorkowski, "Confirmed peptides and larger protein molecules (including proteoltyic enzymes) pass through the mucosal barrier of the gastrointestinal tract"

© Revivalab



THANK YOU !

Heeft u naar aanleiding van deze training vragen dan kan u zich richten tot
contact@revivalab.be