

Anmerkung: Diese/r Verbraucherinformation/Beipackzettel wird in Form eines Heftchens in die Faltschachteln gepackt.

100 Tabletten

Nahrungsergänzungsmittel mit anorganischem Selen (Natriumselenit)

selenase[®] 100 XL

Nahrungsergänzungsmittel

Herzlichen Glückwunsch!

Sie möchten etwas mehr für sich tun und haben sich bei Ihrer Versorgung mit Selen für selenase[®] 100 XL mit anorganischem Selen (Natriumselenit) entschieden!

selenase[®] 100 XL bietet entscheidende Vorteile:

- **schnelle Resorption**
- **sofortiger Einbau in selenabhängige Enzyme**

Verzehrempfehlung

Täglich 1 Tablette morgens nüchtern einnehmen.

Die gleichzeitige Aufnahme von Nahrung oder Getränken, insbesondere wenn sie Vitamin C enthalten, kann die Verfügbarkeit von Natriumselenit beeinträchtigen und sollte vermieden werden. Ein zeitlich versetzter Verzehr (mind. 1 Stunde) hat dagegen keinen Einfluss mehr.

Zur Optimierung der Selenversorgung:

selenase[®] 100 XL

Nahrungsergänzungsmittel mit 100 µ[mikro]g Selen pro Tablette (entspricht 0,333 mg Natriumselenit-Pentahydrat) zur Optimierung der Selenversorgung.

Zutaten

Calciumhydrogenphosphat, Füllstoff: mikrokristalline Cellulose, Überzugmittel: Hydroxypropylmethylcellulose, Trennmittel: Magnesiumstearat, Natriumselenit-Pentahydrat.

Hinweis

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Die angegebene empfohlene Tagesdosis soll nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Packungsgröße

Inhalt: 100 Tabletten = 43,2 g

Bei Raumtemperatur lagern. ***Nur in Apotheken erhältlich.***

Was ist Selen?

Selen ist ein lebensnotwendiges Spurenelement, das mit der Nahrung aufgenommen werden muss, da es der Körper nicht selbst bilden kann.

Als unverzichtbarer Baustein einer Reihe von Enzymen erfüllt Selen viele wichtige Funktionen im Körper.

Welche Aufgaben hat Selen?

Selenenzyme kommen vor allem überall dort zum Einsatz, wo es um den Zellschutz geht: Eine ausreichende Selenversorgung ist wichtig für ein gesundes Herz sowie gesunde Gefäße, Knochen und Gelenke und die natürliche Immunabwehr. Außerdem unterstützt Selen die Funktion der Schilddrüse.

Wann ist zusätzliches Selen sinnvoll?

Eine Ergänzung der Ernährung ist immer dann sinnvoll, wenn zu wenig Selen mit der Nahrung zugeführt wird oder der Selenbedarf des Einzelnen erhöht ist. In besonderen Lebenssituationen reichen die zugeführten Tagesmengen nicht immer aus, um einen adäquaten Selenpiegel im Blut zu erreichen.

Wann ist zusätzliches Selen sinnvoll?

Besonders in Zeiten hoher körperlicher Belastung, bei Stress, im Alter, während Schwangerschaft und Stillzeit benötigt der Körper vermehrt Selen. Daneben nehmen bestimmte Bevölkerungsgruppen (z. B. Vegetarier und ältere Menschen) häufig zu wenig Selen auf.

Wie kann der Selenpiegel im Blut bestimmt werden?

Da das Vollblut auch alle Blutzellen enthält und Selen nur in der Zelle wirksam ist, ist die Bestimmung aus dem Vollblut jener aus dem Serum vorzuziehen. Dazu müssen beim Arzt mindestens 2 ml Venenblut aus der Armvene in ein mit EDTA beschichtetes Röhrchen abgenommen werden (EDTA verhindert, dass das Blut gerinnt). Anschließend kann das Röhrchen an ein geeignetes Labor eingeschickt werden.

Informationen

über eine Selenbestimmung aus dem Vollblut erhalten Sie auch beim biosyn Service-Labor, Schorndorfer Straße 32, 70734 Fellbach.

Stand der Information: April 2008

Laborwerte für Selen

		erniedrigt	Referenzbereich Gesunde	beginnende Toxizität
Vollblut	μ [mikro]g/l	< 100	100–140 ¹⁾	≥ 1087 ³⁾
	μ [mikro]mol/l	< 1,3	1,3–1,8 ³⁾	$\geq 13,8$ ³⁾
Serum	μ [mikro]g/l	< 80	80–120 ¹⁾	≥ 900 ²⁾
	μ [mikro]mol/l	< 1,0	1,0–1,5 ³⁾	$\geq 11,4$ ³⁾

1) modifiziert nach Dietary reference intakes for Vitamin C, Vitamin E, selenium 2000, 2) Yang et al. 1989, 3) berechnet aus 1) + 2)

Haben Sie Fragen zu Selen oder selenase® 100 XL?

biosyn Arzneimittel GmbH Fellbach
Kundenservice Selen
Postfach 1246
70702 Fellbach

Telefon (0711) 575 32 00
Fax (0711) 575 32 88
E-Mail info@biosyn.de
www.biosyn.de