



## Selen 100 mcg, hefefrei

vegan | laborgeprüft

### Nahrungsergänzungsmittel mit Selen

Selen ist ein essentielles Spurenelement und gehört damit zu den Mineralien, die täglich über die Nahrung aufgenommen werden müssen, um den Körper versorgt zu halten.

Selen wurde 1817 von dem schwedischen Chemiker Jöns Jakob Berzelius entdeckt, der es nach der griechischen Mondgöttin „Selene“ benannte.

Selen kommt vor allem in Hering, Thunfisch, Sardinen, Sojabohnen, Weizenvollkornbrot, Leber, Rindfleisch, Schweinefleisch, Dorsch, Lachs, Seezunge, weißen Bohnen und Milchprodukten vor.

Trotz des reichhaltigen Nahrungsangebotes ist die Versorgung mit Selen nicht immer gewährleistet.

In Deutschland und weiten Teilen Europas gelten die Selenzufuhrmengen und der Selenstatus der Bevölkerung als suboptimal. Die Bundesrepublik gehört zu den selenärmsten Ländern Mitteleuropas, in denen eine Auslaugung der Böden vorherrscht und das Spurenelement in Ackerflächen nicht ausreichend vorkommt. Aufgrund dieses geringen Selengehaltes in unseren Böden gehört Selen auch bei einer streng vegetarischen Ernährung zu den kritischen Nährstoffen.

Die Schilddrüse ist unser „selenreichstes“ Organ. In der Schilddrüse finden sich hohe Mengen selenabhängiger Glutathion-Peroxidasen. Diese antioxidativ wirksamen Enzyme schützen das Gewebe vor oxidativen Schäden durch freie Radikale. So werden aber auch insgesamt im gesamten Körper Bestandteile der Zellen durch selenabhängige Enzyme (wie z. B. Glutathion-Peroxidasen) vor oxidativem Stress und damit verbundenen Zellschädigungen durch Radikale geschützt. Eine gute Selenversorgung unterstützt zum einen die angeborene und adaptive Immunabwehr und hilft darüber hinaus, überschießende Immunreaktionen zu bremsen. Selen ist desweiteren am Erhalt von Haaren und Nägeln beteiligt.

### Health Claims

- Selen trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- Selen trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- Selen trägt zu einer normalen Schilddrüsenfunktion bei
- Selen trägt zu einer normalen Spermbildung bei
- Selen trägt zur Erhaltung normaler Haare bei
- Selen trägt zur Erhaltung normaler Nägel bei

## Nährstoffangaben

**1 Kapsel enthält:** ..... Menge/Einheit..... % NRV\*  
Selen (als Selenomethionin) ..... 100 µg ..... 181,8%

\* Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte gemäß Verordnung (EU) Nr. 1169/2011.  
(NRV = Nutrient Reference Value)

**Zutaten:** Vollkornreiskonzentrat, Kapselhülle (Füllstoff Cellulose), Trennmittel Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Selenomethionin.

**1x Verzehrsempfehlung:** 1 Kapsel täglich mit einer Mahlzeit oder einem Glas Wasser

Inhalt	e	PZN
90 K	16 g	DE - 19405024 AT - 5903244

**Hinweise:** Vegan. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Nahrungsergänzungsmittel außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden.

**Aufbewahrung:** Bitte kühl und trocken aufbewahren.

Hersteller	Bestellnummer	Vertrieb
Solaray	4676	Supplementa

## Solaray – Kompetenz in Premium-Nahrungsergänzung mit dem Fokus auf Pflanzenextrakte seit 1973

Solaray wurde 1973 in Utah gegründet. Heute ist der Pionier auf dem Gebiet von Pflanzenextrakten in Kapselform eine der führenden Marken weltweit. Mit über 130 erlesenen Pflanzenauszügen – von Acai bis Zimt – bietet Solaray weltweit die größte Auswahl.

Solaray Produkte basieren auf der Überzeugung, dass die Natur die Quelle gesunder Ernährung und der Schlüssel zu Wohlbefinden ist. Ziel von Solaray ist es, die Menschen zu einem gesünderen, besseren Lebensstil zu inspirieren und zu begleiten. Schritt für Schritt. Denn die Basis für Wohlbefinden startet von innen heraus.

Solaray umfasst mit mehr als 900 Produkten ein breit aufgestelltes Sortiment an Pflanzenextrakten, Vitaminen und Mineralien. Aminosäuren, Fettsäuren, Probiotika, Enzyme und weitere Nahrungsergänzungen runden das Solaray Angebot ab.

### Supplementa Servicenummern:

Fon: 00 800 - 17 17 67 17 / Fax: 00 800 - 17 17 67 18

Gebührenfrei aus EU + Schweiz

### Supplementa – 30 Jahre Kompetenz in orthomolekularer Medizin

Supplementa bietet ein breites Spektrum an Premium-Nahrungsergänzungsmitteln für unterschiedlichste individuelle Bedürfnisse. Bei der Auswahl der Produkte wird von jeher besonderer Wert auf höchste Qualität und Reinheit gelegt. Ein weiteres herausragendes Kriterium ist die Wahl der weltweit führenden Hersteller spezifischer Kernkompetenzen, so dass die Produkte stets den Anforderungen aktueller Forschung entsprechen. Die Qualität der Produkte, die Vielfalt des Sortiments, die nunmehr 30jährige Erfahrung und die enge Kooperation mit Therapeuten zeichnen Supplementa in der Arbeit für den Kunden aus.