



11.03.2011 - 08:26 Uhr

Studie über Wirkung von natürlichem Melatonin beweist: Natürliche Mittel zur Steigerung des Wohlbefindens können schon in geringen Dosen wirken

München (ots) -

Viel hilft viel, ist bei der Einnahme von Mitteln zur Verbesserung des körperlichen Wohlbefindens nicht immer das Patentrezept. Das trifft auch auf das Hormon Melatonin zu, das bei Schlafstörungen, Jet-Lag oder als Anti-Substanz angewendet wird. Schon lange ist das Hormon in synthetisch hergestellter Form auf dem Markt. In Europa war der Verkauf bisher nicht oder nur gegen Rezept möglich. Jetzt gibt es in Deutschland erstmals Melatonin in natürlich hergestellter Form. Der Unterschied: Das natürliche Melatonin zeichnet sich durch eine hohe Bioverfügbarkeit aus. Dadurch kann es bereits in geringen Dosen vom Körper verwertet werden.

Ob synthetisch hergestellte Medikamente, Vitamine oder Nahrungsergänzungsmittel: Das Argument, diese Mittel würden aufgrund ihrer hohen künstlichen Konzentration besonders gut wirken, trifft nicht in allen Fällen zu. Es kommt vor allem auf die Bioverfügbarkeit an. Es geht um die Frage, wie gut der menschliche Körper einen Wirkstoff aufnehmen kann. Das heißt, das was als Substanz eingenommen wird, wirkt nicht eins zu eins. Auf dem Weg durch den Magen-Darm-Trakt kommt es zu Wechselwirkungen mit anderen Stoffen. Diese beeinflussen die Bioverfügbarkeit für den Körper positiv oder negativ.

Am Beispiel Melatonin sagt die Konzentration des Substrates noch nichts über deren effektive Wirkung aus. In einer Studie konnte dies jetzt signifikant nachgewiesen werden. Getestet wurde Milchpulver, mit hohem natürlichem Melatoningehalt. "Das Melatonin, wie es in der natürlichen Matrix des Milchpulvers enthalten ist, zeichnet sich durch eine hohe Bioverfügbarkeit aus. Dadurch kann es nicht nur gut aufgenommen, sondern bereits in geringen, physiologischen Dosen verwertet werden", erläutert Dr. Heiko Dustmann, von der Innovationsberatung Weihenstephan.

Im Gegensatz zu synthetischen Mitteln bestand das getestete Milchpulver zu hundert Prozent aus reiner und fettfreier Milch, die speziell in der Nacht gemolken wird. Die Inhaltsstoffe entsprechen daher genau den natürlichen Substanzen der Milch: Proteine, Kohlenhydrate, Tryptophan, Immunglobuline und viele Vitamine. Nebenwirkungen durch unverträgliche synthetische Substanzen sind nicht zu erwarten. Um den Wirkstoff haltbar zu machen, wurde die Milch in einem extrem schonenden Kaltverfahren gefriergetrocknet.

Nach jahrelanger Forschung hatte die produzierende Firma Milchkristalle GmbH eine Methode gefunden, um Melatonin in Milch deutlich anzureichern. "Die Milch wird bei Nacht gewonnen. Dann ist die Melatoninkonzentration in der Milch am höchsten. Tagsüber viel Biolicht und spezielle Kräuter im Futter der Tiere sorgen dafür, dass in der Nachtmilch mehr Melatonin als in normaler Milch enthalten ist. Die Nachtmilch ist der Ausgangsstoff für neuartige nachtmilchkristalle", sagt Tony Gnann, Patentinhaber für das spezielle Verfahren.

Melatonin ist ein Hormon, was vom Menschen und Tieren in der Zirbeldrüse gebildet wird und den Tag- und Nachtrhythmus steuert. Beim Menschen nimmt der Melatoninspiegel ab einem Alter von 25 Jahren deutlich ab. Die Folge sind Schlafstörungen und frühzeitige Alterserscheinungen. Mit der zusätzlichen Einnahme von Melatonin, kann das körpereigene Melatonindepot wieder aufgefüllt werden. Mehr Informationen über Melatonin: www.blog.nacht-milchkristalle.de

Zur Studie: Wirksamkeit eines Milchprodukts mit nativ erhöhtem Melatoningehalt

In der placebokontrollierten Doppelblindstudie mit 40 Versuchspersonen konnte die Wirksamkeit eines Milchprodukts mit nativ erhöhtem Melatoningehalt im Hinblick auf einen erholsameren Schlaf signifikant nachgewiesen werden. Die Studienergebnisse wurden in dem Fachjournal "Der Lebensmittelbrief - ernährung aktuell" veröffentlicht:

Dustmann, H.; Weißsieker, H.; Wetendorf, R. (2008): Wirksamkeit eines Milchprodukts mit nativ erhöhtem Melatoningehalt. In: Der Lebensmittelbrief - ernährung aktuell, 19. Jg., Heft 11/12, S. 320-321. <http://www.wirksamkeitsstudie.de/f/>

Für Pressevertreter: Für Produktproben oder Interviewtermine wenden Sie sich bitte an die PR-Agentur

Pressekontakt:

scrivo PublicRelations
Gesellschafter: Nadine Anschütz & Kai Oppel
Gräfstraße 66
81241 München

tel: +49 89 - 54 89 14 07

fax: +49 89 - 54 89 14 10
mobil: +49 178 - 61 50 154
email: Kai.Oppel@scrivo-pr.de
www.scrivo-pr.de

Original-Content von: Milchkristalle GmbH, übermittelt durch news aktuell
Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.de/pm/79578/2005977> abgerufen werden.