mycare.de
ONLINE-APOTHEKE

Beipackzettel online - ein Service Ihrer Versandapotheke mycare. Pharmazeutische Fachkräfte unserer Apotheke beraten Sie gern zu Fragen rund um das Produkt - per E-Mail: service@mycare.de oder per Telefon: 0800-8770120 gebührenfrei. Alle Informationen: www.mycare.de

Zum Produkt »

Hepacyn®

Fördert die Fettverdauung

Spezielle Kombination

aus frischem Artischockenextrakt (10 % Cynarin), Cholin und Vitamin B_2 und B_6

Rezeptfrei in allen Apotheken erhältlich!

60 Filmtabletten (PZN 19096770)

120 Filmtabletten (PZN 19096706)

- Cholin trägt zum Erhalt der normalen Leberfunktion sowie zum normalen Fettstoffwechsel bei.
- Die Vitamine B_2 und B_6 unterstützen den normalen Energiestoffwechsel und tragen zur Verringerung von Ermüdung und Müdigkeit bei.

Glutenfrei | **Laktosefrei** | **Vegan** | **Ohne Gentechnik** | **Frei von Konservierungsstoffen**

50 % mehr Bitterstoffe (u.a. Cynarin) durch Frischpflanzenextrakt

QUIRIS® Healthcare | Postfach 5131 | 33279 Gütersloh
0800 - 078 47 47 | hepacyn.de | info@quiris.de

HC_PB_0724

Liebe Leserin, lieber Leser,

fettreiche Mahlzeiten sind in unserer Ernährung allgegenwärtig und fordern unser Verdauungssystem täglich heraus. Völlegefühl, Sodbrennen, Bauchschmerzen oder -krämpfe, Verstopfung und Blähungen sind unangenehm und häufige Anzeichen für eine Verdauungsstörung.

Neben fettreichem Essen können auch unzureichendes Kauen der Mahlzeiten, die Aufnahme von zu wenig Ballaststoffen, große Portionen, Bewegungsmangel und Stress Auslöser für Beschwerden im Magen-Darm-Bereich sein.

Auf den kommenden Seiten entdecken Sie das Geheimnis einer optimalen Fettverdauung und wie Sie sich mit der Kraft der Artischocke wieder leichter fühlen können. Die Inhaltsstoffe der Heilpflanze haben außerordentliche Eigenschaften, die Ihnen helfen, ihre Verdauung zu unterstützen und Ihr allgemeines Wohlbefinden zu bessern. Auch Cholin unterstützt die Fettverdauung und die normale Leberfunktion. Begleiten Sie uns auf dieser Reise!

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.

Ihr **Hepacyn®** Team

Das Verdauungssystem

Unser Verdauungssystem ist ein sehr komplexes System, das Nahrung effizient in ihre wichtigsten Bestandteile aufspaltet, die der Körper für eine gesunde Funktion benötigt. Eine Vielzahl von aufeinander aufbauenden Abläufen im Mund, Magen, Darm sowie in Leber und Galle gewährleisten dies. Wenn nach fettreichem Essen Verdauungsbeschwerden eintreten, liegt das oft daran, dass der zur vollständigen **Verdauung** benötigte **Gallensaft** von der Leber nicht mehr in ausreichendem Maße gebildet oder von der **Galle** nicht ausreichend in den Darm abgegeben wird.

Dieser ist aber unbedingt erforderlich, um die **Nahrungsfette** im Darm in eine „verdaubare“ Form umzuwandeln: man spricht vom **Emulgieren** der Fette. Nur aus dieser Form können die Nahrungsfette weiter gespalten und den nachfolgenden Verdauungsschritten zugänglich gemacht werden.

Faktoren, die unser Verdauungssystem beeinträchtigen:

- **eine ungesunde Lebensweise** (z. B. zu fettreiche Ernährung)
- **Erkrankungen des Leber-Galle-Systems**
- **Stress und Ärger**
- **zu wenig Bewegung**

Wie macht sich eine Störung der Fettverdauung bemerkbar?

Eine Störung der Fettverdauung kann sich durch leichtere oder stärkere Beschwerden äußern, die meist nach fettreichem Essen auftreten und folgende Symptome umfassen können:

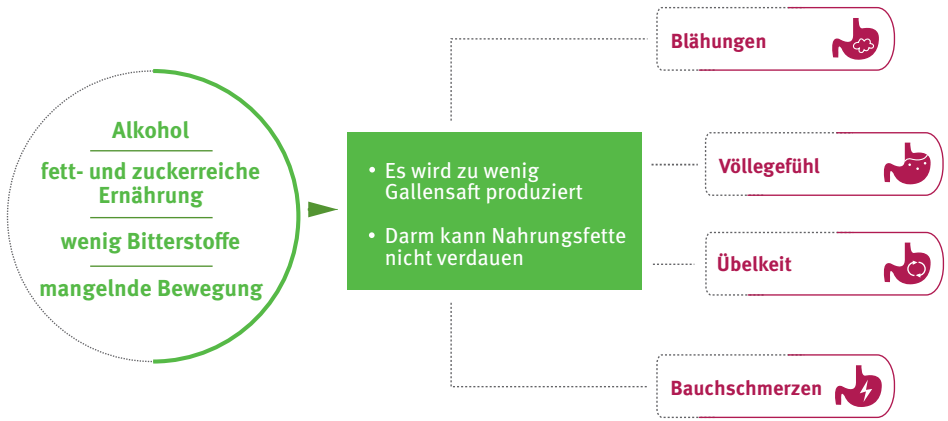
- **Übelkeit**
- **Völlegefühl**
- **Blähbauch**
- **Blähungen**
- **Durchfall, Verstopfung**
- **krampfartige Schmerzen im Magen-Darm-Bereich**

Viele Menschen klagen jahrelang über diese Beschwerden, da die unverdauten Fette in Darmabschnitte gelangen, in denen sie nicht verwertet werden können. Dort führen sie zu Reizungen oder treten sogar als **Ablagerungen in der Leber** auf.
Wenn organische Ursachen als Grundlage der Beschwerden durch Untersuchungen ausgeschlossen werden können, werden diese als **dyspeptische Beschwerden** bezeichnet.

Eine **ungenügende Fettverdauung** löst aber nicht nur **dyspeptische Beschwerden** aus. In der Leber laufen mehr als 500 einzigartige Vorgänge ab, deren Hauptaufgabe es ist, den **Entgiftungsprozess** durchzuführen. Die Leber muss die schädlichen Substanzen umwandeln oder entgiften, die vom Körper sicher ausgeschieden werden können. Eine gestörte Leberfunktion kann dazu führen, dass die mit der Nahrung und durch Umwelt, Medikamente oder Zahnersatzstoffe aufgenommenen Gifte nicht mehr ausreichend ausgeleitet werden können.
Die Gifte summieren sich dann im Körper und **schädigen die Organe**, die somit ihre wichtigen Aufgaben nicht mehr wahrnehmen können.

Wenn die Leber nicht mehr ausreichend arbeitet, wirkt sich der gestörte Leberstoffwechsel längerfristig auch auf die **Blutfettwerte** aus. Insbesondere das **Cholesterin** steigt an und führt zu Ablagerungen in den Blutgefäßen, wodurch deren Funktion stark beeinträchtigt wird. Dies kann wiederum dramatische Folgen für das **Herz-Kreislauf-System** haben – bis hin zum Herzinfarkt oder Schlaganfall.

Folgen eines ungesunden Lebensstils auf die Fettverdauung



Die Artischocke (Cynara scolymus L.) ist eine distelartige Pflanze aus dem Mittelmeerraum und wurde bereits im 4. Jahrhundert n. Chr. als Heilpflanze genutzt. 2003 wurde sie zur „Heilpflanze des Jahres“ gekürt und zählt zu den am besten wissenschaftlich untersuchten Arzneipflanzen.

Die Wirkstoffe der Artischocke

- fördern den Fettabbau
- unterstützen die Verdauung nach fetten Mahlzeiten
- lindern Völlegefühl, Blähungen und Übelkeit
- wirken positiv auf die Leber
- verbessern den Stoffwechsel
- haben entgiftende, antioxidative und regenerierende Eigenschaften
- senken Cholesterin- und Triglyceridwerte
- verbessern das Verhältnis von HDL- zu LDL-Cholesterin (gutes und schlechtes Cholesterin)

Bitterstoffe wie Cynarin stimulieren den Stoffwechsel von Leber und Galle.

Extrakt ist nicht gleich Extrakt:

Frischpflanzenextrakte aus den Blättern der Artischocke haben eine Reihe von Vorteilen gegenüber Trockenextrakten. Der Erhalt von Nährstoffen steht dabei an erster Stelle. Da der **Artischockenextrakt umgehend nach der Ernte weiter verarbeitet wird** und einen besonders schonenden Trocknungsprozess durchläuft wird sichergestellt, dass die hitzeempfindlichen Inhaltsstoffe bewahrt werden. So enthalten Frischpflanzenextrakte ca. **50% mehr Bitterstoffe wie z. B. Cynarin**.

Bei der Beurteilung der Qualität von Artischockenextrakten spielen allerdings noch weitere Aspekte eine entscheidende Rolle, denn die Herstellung von Frischpflanzenextrakt bringt einige Herausforderungen mit sich. Die Auswahl des Saatgutes, die Anbaubedingungen und der Erntezeitpunkt sind ausschlaggebend für die Qualität.

1
Ernte und umgehende Weiterverarbeitung

2
Effektive Extraktion der Nährstoffe mit Wasser

3
Schonende Entfernung des Wassers bis zur vollständigen Trocknung

4
Verarbeitung zum Gesundheitsprodukt mit hoher pharmazeutischer Qualität

Porro et. al. 2024: Nutrients.; Kamel et. al. 2022: J Med Food.; Wauquier et. al. 2021: Nutrients.; Lattanzio et al., 2009. J. Funct. Foods; Schneider 2009, Zeitschrift für Phythotherapie

Positive Eigenschaften von Bitterstoffen und Cholin

Bitterstoffe

Bitterstoffe wurden über lange Zeit **aus vielen Gemüsesorten herausgezüchtet**, um den Geschmack für eine breitere Verbraucherakzeptanz zu optimieren, da Bitterkeit oft als unangenehm empfunden wird. Doch das Fehlen dieser Bitterstoffe hat Konsequenzen für die Gesundheit:

Gesundheit des Verdauungstrakts: Bitterstoffe unterstützen das Wachstum gesunder Darmbakterien und stärken die Gesundheit des Verdauungstrakts. Ein Mangel könnte das Gleichgewicht der Darmflora beeinträchtigen.

Verdauungsunterstützung: Bitterstoffe fördern die Produktion von Magensaft und Enzymen, die die Verdauung unterstützen. Ein Mangel kann zu Verdauungsproblemen führen.

Appetitregulation: Bitterstoffe fördern das Sättigungsgefühl und regulieren den Appetit.

Cholin

Cholin spielt eine bedeutende Rolle bei verschiedenen Körperfunktionen, wie dem Transport von Cholesterin,und der Entgiftung der Leber. Obwohl der Körper Cholin selbst produzieren kann, ist eine zusätzliche Zufuhr über die Nahrung empfehlenswert. Ein Mangel an Cholin kann zu Leberveränderungen, einschließlich Fettleber, führen.

* Chai, 2023, Eur J Clin Nutr; da Silva, 2020, J Nutr.; Sherriff, 2016, Adv Nutr.

Wichtige Tipps für eine gesunde Fettverdauung

Gesunde Ernährung mit Obst und Gemüse:

- Ballaststoffe fördern die Verdauung, indem sie Wasser binden, die Stuhlkonsistenz verbessern und die Darmbewegung unterstützen.
- Antioxidantien reduzieren entzündliche Prozesse im Körper.

Ausreichende trinken:

- Wasser trinken ist entscheidend für eine gute Verdauung, transportiert Nährstoffe und macht den Stuhl weicher. Dies erleichtert den Durchgang durch den Darm und fördert die Fettverdauung.

Verzicht auf übermäßigen Konsum von Salz, Zucker und Fett:

- Fokus auf gesunde Fette wie Avocados, Nüsse, Samen und Olivenöl für essenzielle Fettsäuren z. B. Omega-3 und Omega-6
- Reduzierter Zuckerkonsum, um die Darmgesundheit zu fördern und Entzündungen zu vermeiden
- Mäßiger Salzkonsum für optimale Hydratation und Elektrolytbalance

Regelmäßige Bewegung:

- Regelmäßige körperliche Aktivität fördert die Darmbewegung und verhindert Verstopfung
- Sport steigert den Stoffwechsel, verbessert die Effizienz der Fettverdauung und unterstützt die Umwandlung von Fett in Energie

Über Hepacyn®

Hepacyn® ist eine spezielle Kombination aus cynarinhaltigem Artischockenrischpflanzenextrakt (10 % Cynarin), Cholin und B-Vitaminen und ist eine ideale Ergänzung Ihrer täglichen Ernährung für eine gesunde Leberfunktion und einen gesunden Fettstoffwechsel. Cholin trägt zum Erhalt der normalen Leberfunktion sowie zum normalen Fettstoffwechsel bei. Die Vitamine B_2 und B_6 unterstützen den normalen Energiestoffwechsel und tragen zur Verringerung von Ermüdung und Müdigkeit bei.

Inhaltsstoffe	Pro 1 Tablette	Pro Tagesportion (= 2 Tabletten)	% NRV* Referenzmenge
Cholin	41,25 mg	82,5 mg	-**
Frischpflanzen-Artischocken-blätterexrakt	320 mg	640 mg	-**
davon Cynarin	32 mg	64 mg	
Vitamin B_2 (Riboflavin)	0,70 mg	1,40 mg	100 %
Vitamin B_6	0,70 mg	1,40 mg	100 %

Verzehrempfehlung:
1 x täglich 2 Filmtabletten zu einer Mahlzeit mit reichlich Wasser unzerkaut einnehmen.

Verträglichkeit:
Aufgrund der guten Verträglichkeit kann Hepacyn® langfristig angewendet werden. Hepacyn® ist frei von Gluten, Soja, Hefe und Laktose. Zudem ist es für Veganer und Vegetarier geeignet.

Zutaten:
Frischpflanzen-Artischockenblätterextrakt (10 % Cynarin) (40 %); Füllstoff: mikrokristalline Cellulose, Maisstärke; Cholinhydrogentartrat (12 %); Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose, Hydroxypropylcellulose, Reisstärke; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren (pflanzlich), Siliciumdioxid; Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B_6), Riboflavin (Vitamin B_2); Farbstoffe: Calciumcarbonat, Riboflavin

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen für Erwachsene gemäß EU-Verordnung 1169/2011
** Keine Referenzmengen vorhanden

20 Jahre QUIRIS® Artischocken-Forschung.

Hepacyn® – entwickelt von den Schöpfern von Hepar SL.