

# Selen-Hefe Tabletten

## Einführung

Selen ist für den Menschen als Spurenelement essentiell.

Es ist wesentlich für die Funktion der Zellen und den Schutz des menschlichen Organismus vor den Auswirkungen von Radikalen:

- Es steigert die Aktivität des Enzyms Glutathion-Peroxydase, welches die Zellen vor der Oxidation durch aktivierte Sauerstoffformen schützt. Diese aggressiven Sauerstoffradikale entstehen durch äussere Einflüsse wie Umweltgifte, Strahlung und Rauchen aber auch im normalen Stoffwechsel selbst.
- Selen unterstützt die Funktion der antioxidativen Vitamine (A, C, E und einige B-Vitamine).

Studien weisen darauf hin, dass Selenmangel in Beziehung zu einem erhöhten Krebsrisiko steht.

Selen ist beteiligt am optimalen Funktionieren des Immunsystems.

## Zusammensetzung Selen-Hefe Tabletten PHYTOMED

1 Tablette enthält 50 µg organisch gebundenes Selenium und 100 mg Bierhefe.

Dieses gebundene Selen ist durch enzymatische Hydrolyse von Hefeprotein hergestellt; das Ergebnis ist eine untoxische, biologisch wirksame Selenverbindung.

Hilfsstoffe: Lactose, Polyethylenglykol, Maisstärke.

## Dosierung

1 Tablette täglich

## Hinweise

Selen kann in hohen Dosen (>200 µg/Tag) toxisch wirken, deshalb sollte die vom BAG empfohlene Tagesdosis von 50 µg nicht überschritten werden.

## Nährwerttabelle

	100 g enthalten	1 Tablette enthält
Energiewert	1588 kJ (378 kcal)	5,6 kJ (1,3 kcal)
Eiweiss	22 g	77 mg
Kohlenhydrate	68 g	237 mg
Fett	1,8 g	6,2 mg
Mineralstoff: Selen	14,3 g	50 µg*

\*deckt 100% der empfohlenen Tagesdosis

## Packungen

120, 300 oder 1000 Tabletten.