

Good Supp

dts
SAĞLIK HİZMETLERİ

Devil's Claw, Metilsülfonilmetan,
Glisin ve Vitaminler
İçeren Takviye Edici Gıda



AMINO ACIDS



MINERALS



VITAMINS

1 Kapsül İçeriği

Etken Madde	Miktar	%BRD*
Devil's Claw Ekstresi	100 mg	**
Metilsülfonilmetan	100 mg	**
Glisin	100 mg	**
Akgünlük Ekstresi (Boswellia serrata)	100 mg	**
Vitamin B12	500 µg	%20000

* BRD: Beslenme referans değeri

**Beslenme referans değeri yoktur.

Glisin, protein üretmek için kullanılan birçok amino asitten biridir. glisin, eklemlerin, tendonların ve bağların büyümesini ve fonksiyonunu destekleyen kollajen oluşumunda rol oynar. Glisin vücudun sağlam ve esnek olmasını sağlayan kollajenin önemli bir kısmını oluşturmaktadır. Kollajenin yaklaşık olarak üçte biri glisinden oluşur. Glisin sayesinde vücutta meydana gelen hasarlı dokular onarılmaktadır. Menopoz sonrası Osteoporoz giderilmesine destek olabilir

Boswellia (akgünlük ekstresi) Yapılan çalışmalarda anti-enflamatuar yani iltihap önleyici etkisi olduğu artrit gibi iltihaplı hastalıklarda ödem ve ağrıda belirgin azalma sağladığı gözlenmiştir. İltihaplı eklem romatizması, kireçlenme, sırt ve eklem ağrıları azaltmada yardımcı olur (1)

Yapılan klinik çalışmalarda boswellia kullanan 182 hastada Ağrı skalalarında %20-%50 arasında azalma Ödem ve Şişkinlik sayısında %50 azalma görülmüştür (2)

Metilsülfonilmetan (MSM) yeşil bitkilerde, hayvanlarda ve insanlarda bulunan bir kükürt içeren bir kimyasaldır

Araştırmalar, MSM'nin eklemlerdeki kemikleri uçlarını koruyan esnek bir doku olan kıkırdığın parçalanmasını engellediğini belirlemiştir.

MSM kullanmanın en önemli amaçlarından birisi eklem veya kas ağrısını azaltmaktır. Nitekim bilimsel çalışmalar dizler, sırt, eller ve kalçalarda yaygın bir ağrı nedeni olan eklem dejenerasyonu olanlara fayda sağladığı göstermiştir.

50 yaş üstü 100 kişide yapılan bir araştırma, 12 hafta boyunca 1200 mg MSM içeren bir takviyeyle yapılan tedavinin, plaseboya kıyasla eklemlerde ağrı, sertlik ve şişmeyi azalttığını bulmuştur. Ayrıca takviye kullanan kişiler, genel yaşam kalitesinin arttığını ve yürümede ve yataktan kalkmada daha az zorluk yaşadıklarını belirtmişlerdir. Bel ağrısı olan 32 kişide yapılan bir başka çalışma, metilsülfonilmetan ve glukozamin içeren bir takviye edici gıda kullanmanın bel sertliğini ve hareket halindeki ağrıyı önemli ölçüde azalttığını ve ayrıca yaşam kalitesini büyük ölçüde artırdığını göstermiştir.

Şeytan Pençesi ni ağızdan almak Almanyanın bitkiler konusunda etkin kurumlarından biri olan Alman Komisyon E ,şeytan pençesinin Başta eklem başta eklem rahatsızlıkları olmak üzere birçok hastalık üzerinde kullanılabileceğini kabul etmektedir.

Osteoartrit . Şeytanın pençesini tek başına, diğer bileşenlerle veya steroid olmayan antienflamatuar ilaçlarla (NSAID'ler) almak, osteoartrit ile ilişkili ağrıyı azaltmaya yardımcı gibi görünmektedir. Bazı kanıtlar, 16 haftalık tedaviden sonra kalça ve dizdeki osteoartrit ağrısını iyileştirmek için şeytan pençesinin alan bazı insanlar, ağrıyı gidermek için ihtiyaç duydukları NSAID yerine tercih etmişlerdir (3)

Osteoartirit nedeniyle diz ve kalça eklem ağrısı çeken 122 hastada yapılan çalışmada 4 ay boyunca şeytan pençesi tabletleri kullanılmasıyla ,düzenli bir şekilde ağrıların azaldığı tespit edilmiştir.(3)

Ağrıları azaltıcı bu etkinlik ağrı kesici Nisai ilaçlarla kıyaslandığında oldukça anlamlı olduğu değerlendirilmiştir.El-Bilek-Dirsek-Omuz-Bel-Diz ağrılarına karşı etkinliği kanıtlanmıştır. Bu bitkiyi kullananların %60 kullandıkları diğer ağrı kesicileri azaltmış ve daha sonra bırakmayı başarmıştır.

Yine diz ve kalça eklem ağrısı çeken 250 hastada yapılan başka bir çalışmada ,8 hafta boyunca kullanılması sonucu , kalça ve eklemlerdeki ağrılarda %54 e varan iyileşme, diz ağrılarında ise %34 e varan bir iyileşme gözlenmiştir. (4)

B12 Methylcobalamin Eklemlerde uyuma: Yorgunluk ve halsizlik ile birlikte eklem ve uzuvlarda uyuma ortaya çıkabilir. Kısa süreli oturmalarla dahi dizlerde ve ayaklarda karıncalanma gibi nörolojik rahatsızlıklar meydana gelebilir.

1 - <https://doi.org/10.1078/094471103321648593>- N. Kimmatkar aV. Thawani bL. Hingorani cR. Khyani d

2 - Haziran 2000 Romatoloji Dergisi 27(6):1365-72 pubmed

3 - Conrozier T, Mathieu P, Bonjean M, et al. A complex of three natural anti-inflammatory agents provides relief of osteoarthritis pain. Altern Ther Health Med. 2014;20 Suppl 1:32-7

4 - journal of faculty of pharmacy of ANKARA UNIVERSITY 44.3:550-556 Zeynep Açıkgöz-Semih Bulut and Didem Deliorman Orhan

4 - Alternative Medicine 2021- active controlled clinical trial-Evidence -Based complementary and alternative medicine- Farpour HR-Rajabi N-& Ebrahmi B 2022-10-04