

Betain

Zur Regulierung der Verdauung

Unterstützt den Körper beim Abbau von Fetten in der Leber und hilft der Thymusdrüse bei der Immunantwort, fördert die Verdauung von Eiweiß und gewährleistet eine optimale Zusammensetzung des Magensaftes

Betain ist ein Bestandteil des Magensaftes, der zusammen mit eiweißspaltenden Enzymen wie Pepsin den enzymatischen Umbau der Nahrung besorgt. Für diese Aufgabe produziert der Magen jeden Tag zwischen einem und zwei Liter Magensaft, der hauptsächlich aus Salzsäure und eiweißspaltenden Enzymen (Proteasen) besteht. Bei Verdauungsstörungen, aber auch im Verlaufe des Alterungsprozesses kann sowohl die Produktion als auch die optimale Zusammensetzung des Magensaftes beeinträchtigt sein. Hier ist die Zufuhr von Betain sinnvoll, um die normalen Verdauungsfunktionen des Magens wieder herzustellen.

Betain HCL ist einfachster Vertreter der Betaine.

Das sind Ammoniumverbindungen, die bei Pflanzen und Tieren vorkommen. Betain wurde in der Runkelrübe (*Beta vulgaris*) entdeckt und kann aus Zuckerrübenmelasse gewonnen werden. Es dient im Organismus als Methylgruppen-Lieferant. Betain greift regulierend in den Fettstoffwechsel ein und hilft, den Cholesterinspiegel des Blutes positiv zu beeinflussen.

Betain HCl besteht aus 76% Betain, gebunden an 24% Salzsäure (Hydrochlorid). Es wird als Ergänzung bei verringerter Salzsäure eingesetzt. Wird im Magen zu wenig Salzsäure gebildet, hat dies u.a. zur Folge, dass bakteriell oder parasitär bedingte Infektionen sich im Magen-Darm-Trakt ausbreiten können. Bei dieser sogenannten Hypochlorhydrie kann Betain HCl helfen, die davon abhängigen Beschwerden zu verringern.

Betain beeinflusst den Fettstoffwechsel

Betain gehört wie Methionin, Cholin und Inositol zu den lipotropen (fettanziehenden) Stoffen. Es wird auch als Glykollbetain benannt und beeinflusst den Fettstoffwechsel, indem es abnorme Fettansammlungen in der Leber verhindert. Wie die anderen lipotropen Verbindungen entgiftet Betain die Leber und steigert die Widerstandskraft, indem sie die Thymusdrüse anregt, Antikörper zu produzieren, Phagozyten (Fresszellen) zu aktivieren und anormales Gewebe zu zerstören.

Betain-Hydrochlorid bei Verdauungsstörungen

Als Betain-Hydrochlorid (Betain-HCL) gibt man es auch bei Magensäuremangel, um Verdauungsstörungen vorzubeugen oder ihnen entgegenzuwirken. Betain ist Bestandteil des Magensaftes, der zusammen mit eiweißspaltenden Enzymen wie Pepsin die Nahrung aufschließt. Bei Verdauungsstörungen, aber auch im Verlaufe der Alterung können Produktion als auch Zusammensetzung des Magensaftes beeinträchtigt werden. Die Zufuhr von Betain hilft, die Verdauungskraft des Magens wieder herzustellen.

Die Naturheilmforscherin Hulda R. Clark hat herausgefunden, dass man mit Betain auch Clostridien im Darm loswerden kann, dabei braucht man eine Dosierung von mindestens 1500 mg täglich.

Betain kurbelt die Produktion von Salzsäure im Magen an

Das kann

- die Verdauung und Nahrungsaufnahme fördern
- gegen Parasiten und Candida helfen
- und hilfreich sein bei Sodbrennen

Wenn wir älter werden, nimmt die Produktion von Salzsäure beständig ab, sie ist aber weiterhin ein wesentlicher Faktor bei der Aufbrechung von Nahrung im Magen. Salzsäure hat verschiedene Funktionen, sie sterilisiert zum Beispiel das Essen, säuert es an und aktiviert ein wichtiges Enzym namens Pepsin. Außerdem verursacht sie die Extraktion von Vitamin B12 aus der Nahrung. Zusätzlich sind diverse Mineralstoffe wie Eisen, Kalzium und Zink auf diese Säure und ihren Einsatz im Körper angewiesen.