

# SUPERŽELEZO



## Přednosti neiontového železa Fe<sup>0</sup>

**Netoxické** – ani při konzumaci celého blistru nezpůsobí žádné zdravotní problémy (v případě sulfátu, ale i dalších – laktát, citrát, glukonát, fumarát, jde postiženému **o život** a musí být bezprostředně po intoxikaci dopraven do nemocnice).

Neiontové železo ve formě Ferronyl (též carbonyl Fe) je mikronizované a podstatně účinnější než ostatní tzv. redukováná železa.

## Biologická dostupnost

- Ve srovnání se sulfátem (ten se většinou používá jako standard/etalon) – má Superželezo při podání nalačno 65% dostupnosti ve srovnání se sulfátem.
- Podání kyseliny askorbové (vitamín C) se biologická dostupnost zvýší na 85%.
- Podáním 20 g živočišných proteinů (maso červené a bílé) se zvýší biologická dostupnost na 105%, tzn. že předčí sulfát (proto je to více než 100%), protože ani sulfát nemá absolutní dostupnost.
- Pozn. rostlinné proteiny nefungují. Otestována kombinace rybí a kuřecí maso + Superželezo se skvělým výsledkem.
- Testujeme kombinaci Superželezo + 20 g masa (to je malý řízek) a vitamín C. Velmi vysoká biologická dostupnosti.

## Mechanismus účinku

- $Fe^0 + 3HCl = FeCl_3$
- Nejlepší podmínky pro tuto reakci jsou těsně před večeří, kdy je nejkyselější pH žaludku.
- $FeCl_3$  je ihned redukováno na Fe bivalentní v proteinech (vždy to bude směsice transferinů).
- Transferiny, laktoferin, hepcidin a mnoho dalších jsou **NEJPŘIROZENĚJŠÍ** formou železa v těle.
- Nejdůležitější je vždy oddělit železo od kyslíku, aby se nemohly tvořit škodlivé kyslíkové radikály, ani nitrososloučeniny.

Všimněte si, že v našem organismu jsou vždy redukováné formy nutrientů preferovány (jsou podstatně účinnější a bezpečnější).

- Kyselina listová a **MTHF** (methyltetrahydrofolát)

- Koenzym Q10 – ubichinon a redukovaný **Ubichinol**
- Silybin a **dehydrosilybin** u polyfenolů
- Železnaté/železité ionty a **železo kovové (Fe<sup>0</sup>)**