

## L-Arginin & L-Ornithin

L-Arginin und L-Ornithin, zwei der Aminosäuren, die an der Freisetzung des menschlichen Wachstumshormons beteiligt sind, gehören zu den beliebtesten Aminosäurepräparaten, weil sie zum **Schlankwerden** beitragen.

L-Arginin und L-Ornithin lassen **überflüssige Pfunde** im Schlaf dahinschmelzen. Zusammen sind sie ein gutes Team zum jung und knackig bleiben.

Das menschliche Wachstumshormon wird in der Hirnanhangdrüse gespeichert und der Körper setzt es frei als Reaktion auf Schlaf, körperliche Betätigung und eingeschränkte Nahrungsaufnahme. Es hilft bei der **Verbrennung von Fett** und seiner **Umwandlung in Energie und Muskeln**; es **stärkt das Bindegewebe und sorgt so für gesündere Bänder und Sehnen** und es **fördert die Proteinsynthese für das Muskelwachstum** (erhöht den Muskeltonus).

Der Spiegel des natürlichen Wachstumshormons senkt sich, wenn wir älter werden, irgendwann um das Alter von fünfzig Jahren herum wird die Produktion vollständig eingestellt. Wenn der Nahrung zusätzlich Aminosäuren und Vitamine beigegeben, die die Ausschüttung des Wachstumshormons anregen, kann die Produktion wieder auf den Stand eines jungen Erwachsenen gebracht werden. Arginin ist nach amerikanischen Berichten auch **erfolgreich bei männlichen Sexualstörungen** eingesetzt worden. Dosierungen von 3 g täglich ergaben gute Resultate in der Behebung von Erektionsschwäche; in einem anderen Bericht führten Gaben von 3 - 4 g täglich zu deutlich höherer Spermienzahl und -beweglichkeit.

Diese natürlichen Aminosäuren werden durch ein mikrobiologisches Fermentationsverfahren gewonnen und sind Bestandteil der körpereigenen Proteinsynthese.

**Gebrauchsempfehlung:** Als Nahrungsergänzung 1 - 3 Kapseln täglich, am besten auf nüchternen Magen eine Stunde vor dem Schlafengehen oder körperlicher Bewegung.

Dieses Präparat sollte nur von Erwachsenen genommen werden, die ihr Wachstum abgeschlossen haben. Es ist nicht für Kinder, Teenager, Schwangere und stillende Mütter geeignet.