



# Mariadistel **forte**

## 80% silymarine

Onze Westerse levensstijl is dikwijls erg ongezond en belastend voor de lever (te vet eten, teveel vlees, roken, alcohol, koffie en té geraffineerde voeding) en we worden bovendien blootgesteld aan allerlei toxines (vervuild milieu, geneesmiddelengebruik, zware metalen, ...). De mariadistel (*Silybum marianum*), welke zijn benaming te danken heeft aan de melkachtige nerven op het blad, waarvan men dacht dat ze van gemorst moedermelk van de maagd Maria waren, wordt al sinds de Oudheid gebruikt als leverbeschermende remedie en bij galblaasandoeningen.

### BELANGRIJKSTE INHOUDSSTOFFEN

- ✓ Silymarinecomplex met een 7-tal flavonolignanen (vooral silibine en isosilybine, silychristine en silydianine)

### HOOFDEIGENSCHAPPEN

- ✓ Verbeterd de reinigende en ontgiftende werking van de lever.
- ✓ Beschermt de levercellen (antioxiderende werking door activatie fase 2 ontgiftingsenzymen).
- ✓ Verbeterd de inwendige zuivering.
- ✓ Bevordert de suikerstofwisseling.



### DE LEVER STAAT IN VOOR DE ONTGIFTING

Het orgaan dat dagelijks ons bloed ontgift en de belasting voor ons lichaam minimaliseert is onze lever. Met zijn anderhalve kilo is de lever na de huid ons grootste orgaan en ook het meest veelzijdige. Het is van groot belang voor het optimaal functioneren van ons lichaam. De **lever** is belangrijk voor de ontgifting, maar ook voor onze spijsvertering. De lever produceert namelijk emulgerende gal die wordt opgeslagen in de galblaas en wordt vrijgesteld voor de vertering van voedsel (vetten) in de darmen. Anderzijds staat de lever ook in voor de productie van allerlei eiwitten en lichaamseigen cholesterol. Alle **afval- en ballaststoffen** worden uit ons lichaam **afgevoerd** via de lever en de darmen en daarnaast filteren onze **nieren** het circulerende bloed en verwijderen ze de meeste ongewenste en schadelijke stoffen.

Wanneer deze **natuurlijke reiniging** moeizamer begint te verlopen en ons lichaam uit balans geraakt, kunnen er allerlei **symptomen** ontstaan zoals moeheid, lusteloosheid, valse teint, vaak terugkerende verkoudheden, huiduitslag, mentale dipjes, ... Teken dat ons lichaam nood heeft aan een grondige zuiveringskuur. Dit komt vaak voor net voor de lente of de herfst, wanneer de natuur een metamorfose ondergaat.

### HET ACTIEVE SILYMARINE-COMPLEX

Het wetenschappelijk onderzoek van de laatste decennia focuste zich vooral op het actieve silymarine-complex met een 7-tal flavonolignanen (vooral silibine, isosilybine, silychristine en silydianine) dat zich in de zaden bevindt. Het belangrijkste actieve bestanddeel van dat complex is silybine. **Physalis Mariadistel forte** bevat 500 mg kwalitatief extract van mariadistelzaad, gestandaardiseerd op 80% silymarine. **Deze hoge dosering van een geconcentreerd extract van mariadistelzaad draagt bij tot een betere opname en efficiëntie van de werkzame stoffen.** Silymarine wordt namelijk niet optimaal geabsorbeerd, vandaar dat een hoge concentratie nodig is zodat voldoende silymarine de passage door de maag overleefd en uiteindelijk kan worden opgenomen in het bloed.



### MARIADISTEL HEEFT EEN TWEELIEDIGE WERKING

Eenzijds is er de **antioxiderende werking**. De schadelijke stoffen die we inademen of via de voeding opnemen, worden in de lever omgezet tot stoffen die gemakkelijker via de urine het lichaam verlaten. De omzetting van de schadelijke stoffen gebeurt door twee enzymsystemen in de lever. Het eerste systeem bestaat uit fase I enzymen. Deze zetten de vreemde stoffen om tot stoffen die door fase II enzymen kunnen getransformeerd worden in wateroplosbare stoffen die gemakkelijk afgevoerd kunnen worden. Silymarine



werkt als een indirect antioxidant doordat het fase II ontgiftingsenzymen van de lever activeert en draagt zo bij tot de **bescherming van de levercellen**. Anderzijds zorgt een verbeterde eiwitsynthese via stimulatie van de aanmaak van ribosomaal RNA polymerase voor de vorming van nieuwe levercellen. Dit bevordert de **regeneratie van de lever**.

Mariadistel ondersteunt de **reinigende en ontgiftende werking** van de lever en is aangewezen bij een zuiveringskuur of tijdens periodes waar de lever extra belast wordt.

Er zijn talrijke studies die aantonen dat mariadistel, en meer bepaald het actieve silymarine-complex kan ingezet worden bij de behandeling van leveraandoeningen (zoals acute & chronische virale hepatitis, door toxines of geneesmiddelen geïnduceerde hepatitis, cirrose en alcoholische leveraandoeningen). Er bestaat zelfs wetenschappelijk bewijsmateriaal dat mariadistel kan ingezet worden als aanvullende therapie bij hepatotoxische chemotherapie.

Voorts bevordert mariadistel de **suikerstofwisseling** (door een verbetering van de insulineresistentie) bij diabetespatiënten.

Bovendien is het gebruik van mariadistelextract veilig, wordt het over het algemeen erg goed verdragen en veroorzaakt het geen vervelende bijwerkingen.

👍 Om de inwendige zuivering te bevorderen: eet evenwichtig en vermijd zoveel mogelijk vet- en suikerrijk voedsel, vermijd alcohol en koffie. Drink 2 liter water per dag.

### Samenstelling per tablet

Silybum marianum extr. (80% silymarine)	500 mg
--	--------

#### Gebruik:

1 tablet per dag. Te nemen bij de maaltijd met wat water.

- Niet gebruiken tijdens de zwangerschap en borstvoedingsperiode.
- Koel (max. 25°C), droog en in het donker bewaren.

clean  
label

#### Clean label producten:

• *Bevatten geen kunstmatige kleur-, bewaar-, smaak-, zoetstoffen, lactose, suiker, zout, gist, gluten • Zijn minimaal bewerkt • Zijn voorzien van een vereenvoudigde ingrediëntenlijst met een ondubbelzinnige en volledige vermelding van elk ingrediënt*

### REFERENTIES

- Milk thistle (Silybum marianum) for the therapy of liver disease. Flora K et al. Am J of Gastroent. 1998; 93 (2): 139-143.
- Hepatoprotective activity of silymarin therapy in patients with chronic alcoholic liver disease. Feher, J. et al. 1990. Orv Hetil 130:51.
- Randomized controlled trial of silymarin treatment in patients with cirrhosis of the liver. Ferenci, P. et al. 1989. J Hepatol 9(1):105113.
- Milk thistle (Silybum marianum) for the therapy of liver disease. Flora, K., M. Hahn, H. Rosen, K. Benner. 1998. Am J Gastroenterol 93(2):139143.
- Effect of silymarin on chemical, functional, and morphological alterations of the liver. A double-blind controlled study. Salmi, H.A. and S. Sarna. 1982. Scand J Gastroenterol 17(4):517521.
- The therapeutic potential of milk thistle in diabetes. Christos E. Kazazis et al. The Review of diabetic studies (2014). Vol. 11, No. 2.