

## **Choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur,**

### **de silicium die echt werkt!**

Voor een jonge huid, glanzende haren, stevige nagels, veerkrachtig kraakbeen en sterke botten, worden heel wat siliciumpreparaten de hemel in geprezen. Helaas vullen weinig daarvan hun beloften in! Het grote probleem is dat siliciumverbindingen in kruiden en supplementen door de meeste mensen maar moeilijk worden opgenomen. Met “choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur” bestaat gelukkig een natuurlijke en zeer goed opneembare siliciumverbinding, waarvan de werkzaamheid door wetenschappelijke studies is bewezen.

#### **Echte schoonheid komt van binnenuit**

Wetenschappers zijn altijd al op zoek geweest naar manieren om de huid, haren en nagels mooier en steviger te maken en om kraakbeen en botten te versterken. Vaak kwam men op de proppen met uitwendig toe te passen crèmes, lotions en gels, die helaas maar oppervlakkige en tijdelijke resultaten gaven. Omdat de structuur en sterkte van huid, haren, nagels, kraakbeen en botten bepaald worden door de eiwitten waaruit hun bindweefsels bestaan - met name de “schoonheidseiwitten” collageen, elastine en keratine - is men gaan inzien dat men beter via inwendige weg voedingsstoffen kan toedienen om de aanmaak van deze bindweefsels te bevorderen. En dan is het mineraal silicium of kiezelzuur wel degelijk de belangrijkste stof die de kwaliteit van huid, haren, nagels, kraakbeen en botten bepaalt.

#### **Moeilijke opname**

Een fundamenteel probleem hierbij is evenwel het feit dat silicium in de natuur voorkomt onder de vorm van lange ketens van “orthosiliciumzuur”. Deze ketens moeten eerst gesplitst worden door maagzuur tot aparte, kleine moleculen orthosiliciumzuur, vooraleer deze kunnen opgenomen worden en de bindweefsels versterken. Mensen die weinig maagzuur aanmaken of ouderen met een zwakkere maagfunctie hebben dan ook geen of nauwelijks baat bij nochtans rijke siliciumbronnen zoals gierst, heermoes, brandnetel of bamboe. Zoals zo vaak, gaat het dus niet om wat je inneemt, maar om wat je opneemt!

## **De “collageenbooster”**

Een siliciumverbinding die wel bij iedereen werkt is “choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur”. Ondanks zijn moeilijke naam bestaat deze stof gewoon uit vooraf gesplitste, aparte moleculen orthosiliciumzuur, gebonden aan choline. Deze laatste vitamineachtige stof, ook gekend van lecithine, zorgt niet alleen voor een veel betere opname van orthosiliciumzuur in de darm, maar ook door de bindweefselvormende cellen die daardoor meer collageen, keratine en elastine gaan aanmaken. Nu is collageen het voornaamste structuureiwit in huid, kraakbeen en beenderen. In die zin is choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur dus een ware “collageenbooster”!

## **Wetenschappelijke bewijzen**

Choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur is het enige siliciumpreparaat waarvan de werking werd gestaafd door zeer hoogstaande, dubbelblind placebogecontroleerde klinische studies:

- ter hoogte van de huid zorgt het voor een bewezen afname van rimpels en toename van de elasticiteit. Inname van 20 weken choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur zorgt gemiddeld voor 30 % afname van rimpeldiepte en voor 89 % toename van de elasticiteit van de huid in vergelijking met placebo.
- het maakt de haren sterker, volumineuzer en geeft ze meer glans. Na 36 weken choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur wordt het haar gemiddeld 13,1 % sterker en 12,8 % dikker in vergelijking met placebo.
- nagels worden steviger en minder broos. Gemiddeld is er na 20 weken choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur een afname van de broosheidsindex 0,96 naar 0,71 in vergelijking met placebo.

## **Uitstekend tegen osteoporose**

Omdat de matrix van onze beenderen voor een groot deel uit collageen bestaat, is choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur bij uitstek inzetbaar tegen of bij osteoporose. Dat is trouwens omstandig bewezen: na de inname van choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur gedurende 1 jaar vertoonden vrouwen in de menopauze met osteoporose liefst 2 % meer botdichtheid in de heup in vergelijking met de vrouwen die een placebo innamen. Als daarnaast nog een botcomplex met vitamine D<sub>3</sub> (opname calcium), vitamine K<sub>2</sub> (neerleggen van calcium) en goed opneembare calcium wordt ingenomen, dan heb je een ongelooflijk sterke combinatie tegen osteoporose.

## **Nuttig bij gewrichtsklachten**

Omdat het kraakbeen van onze gewrichten voor het grootste deel is opgebouwd uit collageen, kan choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur ook reumatische klachten verlichten. In een 12 weken durende studie bij mannen, zag men dat choline-gestabiliseerd orthosiliciumzuur in vergelijking met een placebo zorgde voor: afname van pijn en stijfheid en een toename van de gewrichtsfunctie. Dit werd overigens geruggensteund door een afname van de merkers voor kraakbeenafbraak in het bloed.