

Citicoline (CDP-Choline) - Produktinformation

Hälsofördelar i korthet:

Först och främst, vad är CDP-kolin? CDP-kolin står för cytidin-5'-difosfatkolin och är ett viktigt näringsämne som är involverat i många fysiologiska processer som **kommunikation inom och mellan våra celler**. Kolin krävs också för **cellmembranens strukturella integritet**.

Trots att vår kropp kan producera ämnet i små mängder, konsumerar en betydande del av befolkningen otillräckliga mängder kolin, och kosten av näringsämnet blir allt viktigare för hjärnans hälsa när vi åldras. (1,2)

Varför det fungerar:

Kolin är ett ämne som våra hjärnor behöver för att producera acetylkolin, en viktig hjärna/motorisk signalsubstans som underlättar kommunikationen mellan neuroner - en grundläggande del av en sund hjärnfunktion. Denna signalsubstans är avgörande för **sund kognition, uppmärksamhet, minnesfunktion och mer**.

Tyvärr absorberar våra hjärnceller mindre kolin när vi åldras. Citikolin (CDP-kolin) kan tillhandahålla en form av kolin som **lätt passerar genom blod-hjärnbarriären (BBB)** direkt in i hjärnan, där celler enkelt kan använda det för att ge näring till cellmembran och stödja produktion av signalsubstanser.

Vetenskapen bakom produkten:

CDP-kolin kan främja syntesen av neurotransmittorer, särskilt acetylkolin, i hjärnan, vilket tros förklara många av dess fördelaktiga effekter. (3)

I hjärnan fungerar kolin som en föregångare till acetylkolin, en viktig signalsubstans som är viktig för signalöverföring mellan nerver och inblandad i kognitiv bearbetning.

CDP-kolin är också ett neuroprotektant och en **promotor för neuroplasticitet**, med en meritlista för att stödja sund kognition, minne och övergripande funktion i många kliniska prövningar. (3-5)

Förutom dess kliniskt studerade **fördelar med hjärnkraft** hos äldre vuxna, har låga doser av citikolin visat sig stödja ett hälsosamt humör. (6)

CDP-kolin kan också stödja **fosfatidylkolinproduktion**, en viktig fosfolipid för nervtillväxt, funktion och cellulär membranreparation. (3)

Referenser:

1. *Jama*. 1995;274(11):902-7.
2. *Nutrients*. 2017;9(8)
3. *Rev Neurol*. 2016;63(S03):S1-s73.
4. *Clin Interv Aging*. 2015;10:1421-9.
5. *Rom J Ophthalmol*. 2017;61(3):152-158.
6. *Clin Neuropharmacol*. 2017;40(1):1-5.



Citicoline (CDP-Choline)

Enhances Cognitive &
Memory Function*



60 VEGETARIAN
CAPSULES

DIETARY
SUPPLEMENT