

Condroitina

400mg Capsule



Composizione:

1 capsula contiene 400mg di Condroitina solfato

Posologia:

Assumere 2 capsule al giorno, mattina e sera dopo un pasto

Condroitina 400mg 60 capsule

La condroitina è una molecola che viene prodotta naturalmente dal corpo umano e che si trova principalmente nella cartilagine.

Il tessuto connettivo che si trova tra le giunture infatti ha bisogno della condroitina per mantenersi in salute, ed è per questo che gli integratori di questa molecola sono così popolari.

La condroitina fornisce ai tessuti connettivi la capacità di assorbire liquidi e aiuta anche ad assorbire l'acqua che introduciamo, permettendo alla cartilagine di rimanere sana. Inoltre è stato scoperto che la condroitina blocca gli enzimi che degradano la cartilagine e fornisce le basi per la crescita di una nuova cartilagine.

La condroitina e la osteoartrite:

Una condizione molto comune alla persone è quella dell'artrosi o OA, spesso come conseguenza di lesioni.

Si ha un' iniziale rottura della cartilagine che poi finisce per peggiorare e causare una totale perdita della stessa. Si tratta di una condizione che può accadere a qualsiasi età, ma il più delle volte colpisce le persone anziane. Alcuni studi hanno dimostrato che l'uso di condroitina aiuta a combattere questo problema, e quindi, alle persone che soffrono di osteoartrite, spesso viene consigliata l'integrazione di questa molecola.

Attraverso molti studi, è stato stabilito che la condroitina è un integratore efficace per il trattamento di OA, in particolare per i casi che coinvolgono ginocchia ed anche, in quanto riesce ad alleviare il dolore, riduce il gonfiore e aumenta la mobilità nelle ginocchia e nei fianchi.

Esistono anche ricerche sugli effetti della condroitina nella prevenzione dell'insorgenza di osteoartrite, ma, mentre in passato gli studi erano promettenti, negli ultimi anni sono stati meno ottimistici.

La condroitina e il dolore al ginocchio:

Nel 2006 vennero condotti studi riguardanti l'uso della glucosamina e della condroitina nelle persone che soffrono di osteoartrite a livello delle ginocchia. Si notò che coloro che soffrivano di dolori alle ginocchia, a

causa dell'OA, riscontravano una riduzione del dolore e un miglioramento della loro condizione.

Per queste ragioni, la condroitina viene usata come trattamento per l'OA, in particolare per i casi che colpiscono le ginocchia, in quando si riduce la perdita di cartilagine e il dolore viene alleviato.

Altri benefici della condroitina:

La maggior parte delle volte la condroitina viene associata solo ai trattamenti per l'osteoartrite, ma questo non è il suo solo utilizzo possibile. Infatti, molti studi suggeriscono che la condroitina può aiutare anche per i disturbi della vescica, in quanto aiuta a ridurre ad esempio gli effetti della cistite interstiziale ed è utile per coloro che soffrono di vescica iperattiva.

Dosaggio ed assunzione della condroitina:

Generalmente, gli integratori di condroitina vengono venduti sotto forma di capsule o pillole e si consiglia di non assumerne più di 400-600 mg per volta. Questo è infatti considerato il dosaggio massimo e se lo si supera, c'è il rischio di andare incontro ad effetti indesiderati.

Molti integratori di condroitina includono anche elementi come la glucosamina e il magnesio e, poiché la quantità giornaliera raccomandata di glucosamina e di magnesio è molto variabile, è importante prestare molta attenzione alle dosi.

Effetti collaterali della condroitina:

Se la vostra maggiore preoccupazione sono i possibili effetti collaterali della condroitina, sarete felici di sapere che, se la userete nelle quantità consigliate per brevi periodi di tempo, non ci sarà alcun pericolo.

Invece in coloro che ne fanno un uso prolungato con dosi elevate, si potrebbero verificare fastidi al ventre e allo stomaco. Inoltre donne in gravidanza e bambini dovranno evitare di assumere questo integratore, poiché non sono ancora stati fatti studi sulle reazioni della condroitina solfato in questi casi.

Infine, se state portando avanti una cura specifica per altri disturbi, che prevede l'assunzione di farmaci, consultate il vostro medico prima di iniziare un trattamento a base di condroitina, per evitare spiacevoli interazioni.

Avvertenze:

Da non consumare nelle donne in gravidanza

É senza glutine e senza lattosio. Tutte le nostre capsule sono incolori, senza eccipienti, coloranti, aromatizzanti e conservanti.