

## RLX-complex - 90 vcaps

VTP165

Buy this product at <https://www.nutri4all.com/vtp165-rlx-complex-90-vcaps>

- Neurotransmittercomplex.
- Met GABA en L-theanine.
- Aangevuld met 0,299 mg melatonine.
- Hypoallergeen, vegetarische en glutenvrij.



## Description

**RLX-complex** is een combinatie van verschillende micronutriënten met een ontspannend effect en is aangevuld met een kleine dosis melatonine. RLX-complex is ontwikkeld ter ontspanning en bevordering van de slaap. Het bevat de neurotransmitters GABA (gamma-aminoboterzuur) en L-theanine en het essentiële aminozuur 5-HTP uit Griffonia simplicifolia.

GABA is de belangrijkste kalmerende neurotransmitter in het menselijk centrale zenuwstelsel. Er werd lange tijd gedacht dat deze substantie de bloed-hersenbarrière niet kan passeren, nieuwe onderzoeken tonen echter aan dat dit onder bepaalde omstandigheden en in kleine hoeveelheden wel mogelijk is. Een verdere werking van GABA is de zogenaamde “Cross-Talk” – de communicatie tussen het enterische zenuwstelsel en het centrale zenuwstelsel. In deze formule is daarnaast magnesiumtauraat (magnesium dat gebonden is aan taurine) opgenomen. Magnesium en taurine stimuleren de receptor voor GABA. Bovendien is magnesium een stof die de exciterend werkende NMDA-receptor remt.

5-hydroxytryptofaan, de gehydroxileerde variant van het essentiële aminozuur L-tryptofaan, is de uitgangsstof voor de neurotransmitter serotonine. Serotonine is onder andere verantwoordelijk voor ons welzijn en onze tevredenheid. Verder in de stofwisseling wordt serotonine omgezet naar melatonine, ons slaaphormoon. Door de omzet van 5-htp naar serotonine en van serotonine naar melatonine is onder andere vitamine B6 noodzakelijk.

L-theanine uit groene thee (*Camellia sinensis*) is een aminozuur dat lijkt op L-glutamine en thee zijn typische smaak geeft. L-theanine wordt goed opgenomen en zou een kalmerend effect hebben.

## Gebruik

- 1 capsule dagelijks voor het slapengaan of zoals aanbevolen door uw therapeut.
- Voedingssupplementen zijn geen vervanging van een gevarieerde voeding.

## Composition

1 capsule bevat:

% RI\*

Vitamine B6 (als pyridoxaal-5-fosfaat) ~~21 mg~~ **21 mg**

Magnesium ~~22 mg~~ **22 mg**

L-5-hydroxytryptofaan ~~40 mg~~ **40 mg**

L-theanine ~~00 mg~~ **00 mg**

GABA (gamma-aminoboterzuur) ~~150 mg~~ **150 mg**

Melatonine ~~0,3 mg~~ **0,3 mg**

\*RI = aanbevolen dagelijkse hoeveelheid, ? RI niet gespecificeerd

**Categorie:** Emotional well-being, Sleep  
**Form:** Vegetarian capsule  
**Free from:** Egg, Fish, Gluten, Lactose, Mollusc, Mustard, Nuts, Sesame, Shellfish, Soya  
**Raw Material:** Gaba, L-Theanine, L-Tryptophan, Magnesium, Melatonin, Vitamin B6