

## Betain HCl

Betain ist ein Bestandteil des Magensaftes, der zusammen mit eiweißspaltenden Enzymen wie Pepsin den enzymatischen Umbau der Nahrung besorgt. Für diese Aufgabe produziert der Magen jeden Tag zwischen einem und zwei Liter Magensaft, der hauptsächlich aus Salzsäure und eiweißspaltenden Enzymen (Proteasen) besteht.

Bei Verdauungsstörungen, aber auch im Verlaufe des Alterungsprozesses kann sowohl die Produktion als auch die optimale Zusammensetzung des Magensaftes beeinträchtigt sein. Hier ist die Zufuhr von Betain sinnvoll, um die normalen Verdauungsfunktionen des Magens wieder herzustellen.

Salzsäure im Magen wirkt auf schwerverdauliche Nahrungsmittel. Sie verdaut Protein, Calcium und Eisen. Wie Dr. Mindell mitteilt, können sich ohne ausreichend Salzsäure (Chlorwasserstoff HCl), Probleme wie bösartige Anämie, Magengeschwüre und Allergien entwickeln. Weil **Streß, Anspannung, Ärger und Angstzustände** vor dem Essen und der Mangel an bestimmten Vitaminen (vor allem der B-Gruppe) und Mineralstoffen zum Fehlen von Chlorwasserstoff HCl führen können, haben recht viele Leute zuwenig Magensäure, ohne es zu wissen.

Wenn Sie glauben, daß Sie Probleme mit zuviel Säure oder Sodbrennen haben und sich dagegen selbst ein Antisäuremittel verordnet haben, dann müssen Sie bedenken, daß die Symptome für zu viel Säure genau dieselben wie für zu wenig Säure sind, und in diesem Fall bewirkt das Einnehmen eines Mittels gegen zu viel Säure natürlich genau das Gegenteil dessen, was Sie erreichen wollten.

Dr. Alan Nittler verweist mit Nachdruck darauf, daß jeder, der älter als vierzig Jahre ist, ein zusätzliches Betain-Präparat nehmen sollte. Betain-HCl und Glutaminsäure-HCl sind die besten im Handel erhältlichen Formen von Chlorwasserstoff.

Wenn Sie Geschwüre haben, beraten Sie sich erst mit Ihrem Therapeuten, bevor Sie solche Präparate nehmen.