

Fakta om

amino jern

Ferrochel

– skånsom med
maksimal effekt



Fagbrosjyre nivå II



Absorpsjon

En rekke kliniske studier viser at jernforbindelsen i aminosjerner absorberes og utnyttes svært godt; opptil fire ganger bedre enn jernsulfat som er den mest brukte jernforbindelsen i verden i dag, og som Ferrochel derfor er sammenlignet med i de aller fleste studier. Jernlageret bygges med andre ord effektivt, selv ved lave doser.

Interaksjon med matvarer/ legemidler

Det er lett å administrere aminosjerner Ferrochel da det kan tas ved måltid uten at effekten reduseres. Ferrochel er en meget stabil jernforbindelse der jernionet holdes så godt bundet at det langt på vei forhindres fra å inngå i uheldige reaksjoner med andre stoffer. Aminosjerner påvirkes derfor lite av jernopptakshemmere og fremmere, samt at det virker mindre irriterende på tarmveggen. En redusert interaksjon med legemidler i forhold til tradisjonelle jernpreparater må kunne antas, men dette er ikke studert.

Bivirkninger

Aminosjerner Ferrochel er meget stabilt, og man unngår derfor at for mye jern felles ut og danner fritt jern i tarmen, noe som kan gi bivirkninger som kvalme, treg eller løs mage. Aminosjerner gir normalt ingen bivirkninger fra mage/tarm ved vanlig dosering (25mg/d), selv ved større inntak.

Det er få av deltakerne i studiene som har rapportert om ubehag ved bruk av Ferrochel.

Toksisitet

Aminosjerner Ferrochel er langt mindre giftig enn tradisjonelle jernpreparater, og forgiftning er derfor mindre sannsynlig. Absorpsjonen av aminosjerner styres ut i fra behovet for jern, slik man også ser med andre jernpreparater. Eventuelt overskudd av jern ser ikke ut til å akkumuleres i lever, milt og benmarg slik

det er vanlig for andre jernpreparater. Albions hypotese er at jernforbindelsen Ferrochel lagres i tarmens enterocytter og at kroppen henter det jernet den har behov for der.

Inneholder ingen animalske ingredienser

Aminosjerner Ferrochel inneholder ingen stoffer fra dyr. Produksjonen av virkestoffet Ferrochel er dessuten Kosher-godkjent. Aminosjerner kan med andre ord brukes av alle befolkningsgrupper da det ikke inneholder noen animalske ingredienser.

Klassifikasjoner/godkjennelsesorgan bak Ferrochel

JECFA er en forkortelse for "the Joint FAO/WHO Expert Committee on Food Additives" og er FN's ekspertgruppe for vurdering av tilsetningsprodukter til bruk i mat. Alle land trenger tilgang til pålitelige risikovurderinger vedrørende tilsetningen av ulike stoffer og kjemikalier i matvarer, men få land har tilstrekkelig kunnskap og økonomi til selv å foreta slike vurderinger. JECFA bidrar med verdifull ekspertise og foretar egne ekspertvurderinger som myndighetene i det enkelte land ofte henviser til under utarbeidelsen av sine egne lover og retningslinjer. Ferrochel ble godkjent av JECFA i 2003.

Betegnelsen GRAS står for Generally Recognized As Safe og er en amerikansk betegnelse som brukes av FDA (Food and Drug Administration). Ferrochel fikk GRAS-status i april 1999. For Ferrochels vedkommende innebærer GRAS-statusen at Ferrochel er regnet som trygt å bruke både til berikning av matvarer og til bruk i kosttilskudd.

EFSA, European Food Safety Authority, har i 2006 godkjent Ferrochel (Ferrous bisglycinat) for bruk i kosttilskudd og som tilsetning til mat. Godkjenningen gjelder også spedbarn og små barn.

Kort oversikt over forskningsresultater

Jernforbindelsen i aminosjerner Ferrochel har vært gjenstand for en omfattende forskning:

Det er påvist at opptaket er svært godt, opptil fire ganger bedre enn tradisjonelle jernpreparater.

Det er påvist at Ferrochel er effektivt, selv ved små doser (3 mg/ dag hos små barn, 30 mg/dag hos ungdom og voksne).

Det er påvist at Ferrochel gir få eller ingen bivirkninger, selv ved daglig bruk.

Det er påvist at opptaket av Ferrochel reguleres av jernstatus.

Det er påvist at Ferrochel er så stabilt at det i mindre grad interagerer med kostfaktorer som vanligvis hemmer eller fremmer opptaket av jern.

Ferrochel kan gis samtidig med andre toverdige mineralforbindelser som sink eller kobber uten å påvirke/ redusere opptaket av disse.

Det er påvist at Ferrochel er langt mindre giftig enn fritt jern.

Hvem kan dra nytte av aminosjerner Ferrochel

- Kvinner i fertil alder
- Gravide og ammende kvinner
- Blodgivere
- Idrettsutøvere
- Personer som slanker seg
- Barn i vekst

Grupper som vil ha spesielt utbytte av å bruke aminosjerner Ferrochel

- Personer som har problemer med jernopptaket p.g.a. pH i mage/tarm.
- Personer som har problemer med andre jerntilskudd med hensyn til løs/hard mage eller andre mage-relaterte problemer.
- Personer som ikke oppnår ønsket effekt med tradisjonelle jerntilskudd.
- Personer som ønsker å unngå animalske produkter.