

De kwaliteit van Glucosamine

Glucosamine en Chondroïtine worden door het lichaam zelf aangemaakt, en vormen een belangrijke bouwsteen van het kraakbeen in de gewrichten. Tientallen wetenschappelijke studies met dieren en mensen hebben laten zien, dat toevoeging van glucosamine en chondroïtine aan de voeding een positieve invloed heeft op de gewrichten. De in 2005 gepubliceerde resultaten van de Glucosamine Chondroïtine Intervention Trial (GAIT) laten zien, dat glucosamine en chondroïtine elkaars werking versterken en samen nóg beter helpen bij ernstige gewrichtsklachten dan ieder afzonderlijk. De dubbelblinde, placebogecontroleerde GAIT studie is de zwaarste ooit uitgevoerd op dergelijk gebied. Aan het jarenlange onderzoek werkten 1258 patiënten mee met artrose aan de knie, die werden gevolgd door reumatologen verdeeld over 16 reumacentra in de Verenigde Staten. De studie werd gefinancierd door het onafhankelijke National Institute of Health (NIH).

Oorsprong

Bijna alle glucosamine die wordt verkocht is afkomstig van China, gemaakt van het afval van schaaldieren. De kwaliteit van deze glucosamine laat vaak te wensen over. Verschillende onderzoeken laten zien, dat potjes glucosamine die in de winkel worden verkocht, tussen de 0% en 115% aan glucosamine bevatten van wat op het etiket wordt beweerd. Doorgaans is het niet zo dat de producenten bewust minder milligrammen glucosamine in hun potjes stoppen, maar dat de gebruikte grondstof van discutabele kwaliteit is en weinig glucosamine bevat. Een ander nadeel van deze glucosamine is, dat mensen en dieren die overgevoelig zijn voor schaaldieren, er niet goed tegen kunnen.

Sulfaat of HCl?

Glucosamine is van zichzelf niet erg stabiel, en wordt om die reden gestabiliseerd tot een zout. De bekendste zouten zijn glucosamine.HCl (beter bekend als glucosaminechloride), en glucosamine.SO₄.2KCl (beter bekend als glucosaminesulfaat). Er is veel geharrewar over welk zout het beste zou worden opgenomen. Cargill is daarover erg duidelijk. Uit alle onderzoeken die zij hebben uitgevoerd, blijkt géén verschil in opname. De reden ligt eigenlijk voor de hand: in de maag valt het zout snel uiteen tot een positief geladen glucosamine ion, en een negatief geladen chloride-ion of sulfaat-ion. De zoutvorm (sulfaat of HCL) is dus enkel bedoeld om glucosamine stabiel in de maag af te leveren. Op de verdere opname heeft de oorspronkelijke zoutvorm geen invloed.

Wel is het zo, dat de SO₄.2KCl-groep veel zwaarder is dan de HCL-groep. Een molecuul glucosaminechloride bestaat daardoor uit ongeveer 80% zuivere glucosamine, tegen een molecuul glucosaminesulfaat uit maar ongeveer 60%. Kortom, glucosaminechloride levert aanzienlijk méér zuivere glucosamine dan glucosaminesulfaat, en wordt even goed opgenomen.

Sinds kort is het verplicht om iop het etiket aan te geven hoeveel zuivere glucosamine een product bevat. De reden is duidelijk: indien het etiket vermeldt 400 mg glucosamine (als glucosamine HCl), dan bevat het product 320 mg zuivere glucosamine. indien het etiket vermeldt 400 mg glucosamine (als glucosamine sulfaat), dan bevat het product eigenlijk maar 240 mg glucosamine. Door de hoeveelheid zuivere glucosamine te vermelden kan de consument dus beter producten onderling met elkaar vergelijken.

Regenasure® Vegetarische Glucosamine

Er is slechts één producent van glucosamine in de Verenigde Staten, en dat is Cargill. Deze glucosamine wordt verkocht onder de merknaam Regenasure®. Uiteraard is deze glucosamine gebonden aan HCL, omdat deze vorm de meeste glucosamine per molecuul levert. Regenasure® glucosamine is van farmaceutische kwaliteit en >98% zuiver.

Belangrijker nog is, dat het wordt geproduceerd via een uniek en gepatenteerd fermentatieproces uit plantaardig materiaal (mais). Met andere woorden: Regenasure® glucosamine is niet alleen van gegarandeerde topkwaliteit, maar bovendien plantaardig!. Dus óók mensen en dieren die overgevoelig zijn voor schaaldieren, kunnen gerust deze glucosamine nemen!

Een nadeel van Regenasure® glucosamine is de prijs, het is al gauw twee- tot driemaal zo duur als gewone' glucosamine uit China.

