



OVERZICHT VAN INGREDIËNTEN IN OSCALY

In de onderstaande tabel worden supplementen beschreven die een rol spelen bij het ondersteunen van kinderen met groeipijn. Elk ingrediënt is geselecteerd op basis van werkingsmechanismen die relevant zijn voor oxidatieve stress, pijnmodulatie, spierfunctie en bindweefselherstel.

Ingrediënt	Werkzame stof	Mechanisme	Effect	Referentie
Vitamine E	D-α-tocopherol	Krachtige antioxidant. Neutraliseert ROS, beschermt lipiden in celmembranen.	↓ Oxidatieve stress ↓ ROS-gemedieerde nociceptie	Powers & Jackson (2008). DOI Stolwijk et al. (2020). DOI
Bamboe-extract	Silicium (<75% kiezelzuur)	Ondersteunt bindweefselstructuur en collageen- en botvorming.	↑ Spier- en peesstructuur ↓ Mechanische stress	Jugdaohsingh (2007). PMID Carlisle EM. (1981) DOI
Witgenbast-extract	Salicine (→ salicylzuur)	Natuurlijk analgeticum, rent COX → ↓ prostaglandines.	↓ Perifere pijntransmissie ↓ Ontsteking	Shara & Stohs (2015). DOI Vlachojannis et al. (2009) DOI
Boswellia serrata	≥65% Boswelliazuren	Remt 5-LOX → ↓ leukotriënen. Vermindert ontsteking bij spierbelasting.	↓ Inflamatoire gevoeligheid in spieren/pezen	Ammon (2010). DOI Kimmitkar et al. (2003) DOI
Jodium	Kaliumjodide	Ondersteunt schildklierfunctie en energiemetabolisme, beïnvloedt spierfunctie.	↑ Efficiëntie van mitochondriën ↓ Spiervermoeidheid	Zimmermann (2014). DOI Williams (2003). DOI
Selenium	L-selenomethionine	Co-factor voor glutathionperoxidase, beschermt tegen ROS.	↓ ROS-schade ↑ Endogene antioxidantcapaciteit	Alehagen et al. (2015). DOI Stolwijk et al. (2020). DOI
Vitamine D3	Cholecalciferol	Reguleert calcium, spiercontractie en centrale pijnmodulatie.	↑ Spierfunctie ↑ Spiergevoeligheid Mogelijk effect op pijnmodulatie in CZS	Plotnikoff & Quigley (2003). DOI Vehapoglu et al. (2015). DOI