

CD3+ T Hücre Aktivitesini Destekleyen Takviyeler

Takviye	Etki	Cocuk Dozu	Yetiskin Dozu
D Vitamini	T hucre diferansiasyonu	1000 IU/gun	1000-2000 IU/gun
Cinko	T hucre cogalmasi	5-10 mg/gun	10-20 mg/gun
Omega-3	Membran stabilitesi, denge	250-500 mg/gun	1000 mg/gun
L-glutamin	T hucre enerjisi	2-5 g/gun	5-10 g/gun
Beta-glukan	T hucre aktivasyonu	100-250 mg/gun	250-500 mg/gun
Astragalus	Timus/T hucre stimulasyonu	Doz bilincli urunle	500-1000 mg/gun
C Vitamini	Antioksidan destek	250-500 mg/gun	500-1000 mg/gun
Probiyotik	GALT uzerinden T hucre dengesi	5-10 milyar CFU	10-20 milyar CFU

Notlar:

- Takviyeler, CD3+ duzeyi hafif/orta dusuk olan ve firsatci enfeksiyonu olmayan bireylerde destek amaciyla kullanilabilir.
- D vitamini, cinko, omega-3 duzeyleri gerektiginde test edilerek baslanmalidir.
- CD3+ ciddi dusukse, alta yatan immun yetmezlik dislanmali ve immunoloji uzmani tarafindan degerlendirilmelidir.