

!!! WICHTIG !!! EifelSan hat eine neue Fax-Nummer (D) 03222-2448 150

Schach dem Weihnachtsstress mit mehr als Tryptophan:

TryptoLact Relax enthält wichtige Bausteine für den Serotoninstoffwechsel in Kombination mit dem „Antistress-Peptid“ Lactium®. Trypto Lact Relax ist ein natürliches Nahrungsergänzungsmittel für Menschen, die trotz Stresssituationen entspannt und gesund bleiben wollen.

TryptoLact Relax hilft bei

- Mehrfachbelastung mit Familie und Beruf
- Stress am Arbeitsplatz
- Prüfungssituationen
- innerer Unruhe
- Überforderung
- Konzentrationsmangel

Was ist außergewöhnlich in diesem Produkt?

Trypto Lact Relax enthält ein patentiertes, natürliches aus Magermilch gewonnenes Proteinhydrolysat (Lactium®). Dessen bioaktiver Bestandteil ist α -Casozepein und besteht aus einer speziellen Sequenz von Aminosäuren (Decapeptid). Man weiß, dass Säuglinge in der Lage sind, das Milcheiweiß Kasein durch enzymatische Spaltung in α -Casozepein umzuwandeln. Diese Fähigkeit zur Umwandlung des Milchcaseins in α -Casozepein geht etwa im Alter von 4 Monaten verloren und mit ihr eine der beruhigenden Wirkungen der Milch. α -Casozepein bewirkt einen beruhigenden und entspannenden Effekt bei Mensch und Tier (Hunden und Katzen), wodurch stressinduzierte Reaktionen (Unruhe, erhöhte Cortisolspiegel, erhöhter Herzschlag, Blutdruckanstieg) bereits nach kurzer Zeit auf ein gesundes Maß reduziert werden und sich das subjektive Wohlbefinden verbessert. Konzentration, innere Ruhe, Gelassenheit, Kontaktfreudigkeit und Schlafqualität werden gefördert.

6 Tipps zum Gripeschutz

Wenn Sie sich mit Impfungen gegen einige schwere Infektionen gewappnet haben, dürfen sich schon ein gutes Stück sicherer fühlen. Triefnase und Bronchitis, Hals- oder Bindehautentzündung können Sie trotzdem bekommen. Die Wahrscheinlichkeit, krank zu werden ist geringer, wenn das Immunsystem fit ist, und dafür lässt sich einiges tun: Vitamin C und Zink gelten als die Mittel gegen Erkältungen und Grippe. Offenbar ist Vitamin D mindestens genauso wichtig - dummerweise braucht man dafür Sonne, welche uns vor allem in der Herbst- und Winterzeit fehlt! Wenig bekannt ist, dass auch die vor allem im Herbst und Winter fallenden Vitamin D Spiegel uns infektanfälliger machen.

Tipps zur Grippeprävention:

1.Hände (insbesondere die Fingerkuppen!) regelmäßig (4-5 x täglich), aber nicht exzessiv waschen

2.Basisversorgung mit Micronährstoffen (z.B. Multi Vital Forte)

3.Bei Stress zusätzlich Zink (z.B. Zinkmethionin 15mg) und Vitamin C (z.B. C1000): Negative Gefühle und Stress, egal ob beruflich oder privat, können auf Dauer die Abwehrlage des Körpers herabsetzen und eine Krankheit begünstigen, bzw. eine Heilung verzögern kann.

In dieser Ausgabe:

- Tryptolact Relax bei Stress
- 6 Tipps zum Gripeschutz
- Zistro Tee für das Immunsystem
- Zink kann Erkältungen verkürzen
- Sport - Entzündung - Leistungseinbruch!
- Curcumin für überlastete und entzündete Sehnen
- Blutdruck: Elastische Blutgefäße durch Omega-3-Fettsäuren
- Vitamin D3 gegen Wintertief
- Infekt & Winterspeck - Beta-1,3/1,6 Glucane/Immunonyl
- Schlaganfall & Micronährstoffe
- Biotin, Geschmackssinn & Gene

4.Vitamin D Grippe-Vorsorge:

ca. 1000-5000 internat. Einheiten pro Tag für Erwachsene, für Kinder (bis 50kg) die Hälfte, für Übergewichtige die doppelte Dosierung. Bluttest beim Facharzt machen und die Dosis feststellen lassen. Bei sehr trockenen Schleimhäuten auch in Form von Lebertran wegen des Vitamin A!

5.Bei infektanfälligen Personen Immunmodulation mit Betaglucanen (z.B. Immunonyl)

6.Verwenden Sie regelmäßig Zistrosentee, Knoblauch, Curry oder Holunderprodukte in Ihrer Ernährung

Vermeiden Sie Rauchen (immunsupprimierende Wirkung von Nikotin, Tabakbestandteile, Alkohole, Amine, Nitrosamine, Stickstoffoxide und Kohlenmonoxid). Rauchen senkt außerdem die im Körper verfügbaren Mengen an Beta-Carotin, Vitamin D, Vitamin C, Vitamin E und Vitamin B12. Es beeinträchtigt die Umwandlung von Vitamin B6 in seine aktive Form; übermäßiger (chronischer) Alkoholkonsum (Beeinträchtigung der spezifischen zellulären Abwehr); Zucker, Schlafdefizite.

Bei grippalen Infekten

1.Vitamin D bei akuter Grippe: für 3 Tage 1x täglich 2000 Einheiten pro Kg Körpergewicht, was eine hohe, jedoch in ihrer Wirkung überprüfte Dosis ist. Unbedingt mit dem Hausarzt absprechen. (nach Dr. Carnell/Gründer des Vitamin D Council, Empfehlung Dr. Mercola)

2.Vitamin C (3 x 1000 mg täglich), Zink (2-3 x 50 mg) täglich bei den ersten Symptomen!) können Erkältungssymptome vermindern und die Krankheitsdauer verkürzen.

3.Extract aus Bienenpropolis (2-3 x 700 mg) stärkt das Abwehrsystem und ist ein natürliches Anti-Infektivum

4.N-Acetyl-L-Cystein (NAC) löst den Schleim und unterstützt das Immunsystem.

NEU! Zistro Tee - Schub für das Immunsystem

In der Volksheilkunde ist die „Graubehaarte Zistrose“ (*Cistus incanus*) schon seit Jahrtausenden bekannt. Hierzulande fast in Vergessenheit geraten wird sie heute wieder wegen ihres hohen Gehaltes an Polyphenolen sehr geschätzt. Dieser liegt deutlich über dem Polyphenolgehalt von Rotwein, Grüntee und Heidelbeeren. Als Tee besitzt sie einen herb-würzigen Geschmack. Abgerundet mit ein wenig Honig und Zitronensaft ist Zistro Tee (Zistrosentee) besonders erfrischend und wohltuend. Der hohe Polyphenolgehalt verleiht Zistrosentee seine immunstärkenden, entzündungshemmenden und zellschützenden Eigenschaften. Die Inhaltsstoffe der Zistrose wirken zudem auch antibakteriell, antiviral und pilzhemmend. Die äußerliche Verwendung von Zistro Tee kann für die strapazierte Haut hilfreich sein.

Zink kann Erkältungen verkürzen

Erwachsene kommen pro Jahr meist auf rund zwei bis vier Erkältungen, Kinder sind oft häufiger betroffen. Ein optimaler Vitamin D-Spiegel (über 40 ng/dl) reduziert das Risiko für grippale Infekte. Die Dauer einer Erkältung kann mit der richtigen Dosierung Zink um bis zu 40 Prozent verringert werden. In einer Meta-Analyse wurden 13 Studien (doppelblind, Placebo-kontrolliert) über die Wirkung von Zink (hier als Lutschtabletten) ausgewertet. Insgesamt nahmen hier Kinder sowie Erwachsene mittleren Alters mit rund 1400 Erkältungs-Episoden teil. Lediglich in 3 Studien konnten Zinkgaben von mehr als 75 mg täglich die Dauer der Erkältungen deutlich (im Durchschnitt um 42 Prozent!) verkürzen. Die Einnahme von Dosen unter 75 mg Zink waren bei Erkältungen wirkungslos!

Quelle: Harri Hemilä, Zinc Lozenges May Shorten the Duration of Colds: A Systematic Review.

In: The Open Respiratory Medicine Journal, Online-Veröffentlichung vom 23. Juni 2011, doi: 10.2174/1874306401105010051.

Sport - Entzündung - Leistungseinbruch!

Viele Sportler nehmen insbesondere vor und/oder während der sportlichen Betätigung Nahrungsergänzungsmittel zu sich, um den erhöhten Bedarf bei Sport zu decken. Gerade bei einer sportlichen Überbelastung, beispielsweise der Kniegelenke bei einem Marathonlauf, reicht die Zufuhr an entzündungshemmenden Stoffen manchmal nicht aus, so dass es zu verstärkten entzündlichen Prozessen aufgrund der Überbelastung kommt. Bei genauerer Betrachtung fehlen hier oft Lebensmittel mit einem hohen Gehalt an bestimmten sekundären Pflanzenstoffen (Proantocyanidine, Flavonoide, Catechine) mit antioxidativen, entzündungshemmenden, gefäß- und bindegewebschützenden Eigenschaften.

Heisteria Trinkpulver von Dr. Wiemann enthält einen Vitalstoffkomplex welche entzündliche Prozesse durch sportlichen Dauerbelastung weitestgehend verhindern können.

Neben einem breiten Spektrum essentieller Mikronährstoffe enthält Heisteria Trinkpulver von Dr. Wiemann das Vitaminoid Taurin, Amla Extract und Heisteria Rindenpulver.

Aus dem tropischen Regenwald des Amazonasbeckens kommt die Rinde eines bisher weitgehend unbekanntes Baumes namens „Heisteria Pallida“. Untersuchungen haben nun ergeben, dass diese Rinde über eine hohe Konzentration besonderer sekundärer Pflanzenstoffe verfügt (trimerische Propelargonidine, -antocyanidine) die wie OPC aus Traubenkernen oder Pinienrinde und Catechinen aus grünem Tee die Bildung entzündungsfördernder Botenstoffe reduzieren können.

Die Amlabeere wird im Ayurveda (traditionelle indische Medizin) seit Jahrhunderten hoch geschätzt und ist dort Bestandteil vieler Aufbau- und Stärkungsmittel. Sie verfügt über ein besonders großes Spektrum sekundärer Pflanzenstoffe mit stoffwechselaktivierenden, zellschützenden und zellregenerierenden Eigenschaften.

Taurin stabilisiert die Nervenzellen, unterstützt Insulinwirkung und den Transport von Kalzium, Zink und Magnesium. Taurinmangel führt im menschlichen Körper zu Störungen des Immunsystems. Außerdem wurde im Tierversuch eine entzündungshemmende Wirkung von Taurin festgestellt.

Des Weiteren enthält Heisteria Trinkpulver von Dr. Wiemann Kalium, Magnesium, Zink, Mangan, Kupfer, Chrom, Selen, Vitamin C, Nicotinsäureamid, Pantothenäure, Vitamin B6, Vitamin B2, Vitamin B1, Folsäure, Vitamin A, hiervon als Provitamin A, Vitamin K1 und Vitamin B12.

Quellen: V. Dirsch, A. Neszmelyi, H Wagner: A TRIMERIC PROPELARGONIDIN FROM STEM BARK OF HEISTERIA-PALLIDA in *Phytochemistry* (1993)

Type I pro-collagen promoting and anti-collagenase activities of Phyllanthus emblica extract in mouse fibroblasts. *J Cosmet Sci* 2009.

Curcumin für überlastete und entzündete Sehnen

Entzündliche Prozesse spielen eine wichtige Rolle bei der Entstehung von Tendinitis (Sehnen-Entzündungen) und Tendopathie (Sehnen-Überlastung). Diese entstehen nahe der Gelenke und verursachen Schmerzen und Druckempfindlichkeit. Hiervon betroffen sind Sehnen im Bereich der Schultern, Ellenbogen, Knie, Hüften, Fuß- und Handgelenke. In der zweiten Lebenshälfte tritt die Tendinitis häufiger auf. Parallel treten oft entzündliche Erkrankungen wie Rheuma oder metabolische Krankheiten wie Diabetes auf.

Sehnen-Entzündungen werden meistens mit nicht-steroidalen entzündungshemmenden Medikamenten behandelt. Wegen der unerwünschten Nebenwirkungen dieser Medikamente suchen Mediziner nach Alternativen, die weniger Probleme bereiten. In der ayurvedischen Medizin schreibt man Curcuma seit langem entzündungshemmende Effekte zu. Hierfür verantwortlich ist der natürliche Farbstoff Curcumin, der Curcuma die starke gelbe Farbe verleiht. Mehrere Studien und die Erfahrungen in der Praxis belegen bereits seine anti-entzündliche Wirkung. Wissenschaftler der Universitäten Nottingham (Großbritannien) und München haben nun weitere Anhaltspunkte entdeckt, die dies untermauern. In Zellkulturexperimenten mit Zellen menschlicher Sehnen konnten sie beobach-

ten, auf welche Entzündungsbotenstoffe und degenerative Vorgänge Curcumin Einfluss nimmt. Danach hemmt Curcumin die Freisetzung eines bestimmten Botenstoffes (Nuclear Factor kB), der eine Schlüsselstellung in der Entzündungsentstehung einnimmt.

Quelle: C. Buhrmann et al., Curcumin Modulates Nuclear Factor kB (NF-kB)-mediated Inflammation in Human T-cells in Vitro. In: Journal of Biological Chemistry, Online-Veröffentlichung vom ..., doi: 10.1074/jbc.M111.256180.

Blutdruck:

Elastische Blutgefäße durch Omega-3-Fettsäuren

Bei der Auswertung von zehn wissenschaftlichen Studien zu Omega-3-Fettsäuren konnte ein australisches Forscherteam belegen, dass Omega-3-Fettsäuren die Elastizität der Blutgefäße erhöht. Hierzu wurden die Daten von insgesamt 550 Patienten aus zehn wissenschaftlichen Studien ausgewertet. Die Studienteilnehmer nahmen Omega-3-Kapseln zusätzlich zu ihrer regulären Ernährung über unterschiedliche Zeiträume ein. Die Wissenschaftler bestimmten die Elastizität der Blutgefäße anhand der so genannten "Pulswellenstärke" und des Fassungsvermögens der Adern. Unter der Gabe des Fischöl-Extractes zeigte sich eine Verbesserung beider Werte. Die Pulswellenstärke wurde um durchschnittlich 33 % und das Adern-Fassungsvermögen sogar um 48 % erhöht. Die Forscher haben damit einen weiteren Mechanismus der Schutzwirkung von Omega-3 aufgedeckt. Es ist bekannt dass hochdosierte Omega-3-Fettsäuren das schädliche LDL-Cholesterin senken, die Normalisierung des Blutdrucks unterstützen und die Durchblutung fördern. Den Analysen zufolge reduzieren hochdosierte Fischölextrakte zudem die Sterblichkeit durch Schlaganfall oder Herzinfarkt um 20 Prozent.

Quellen: Pase M., et al., British Journal of Nutrition, Volume 106, Issue 07, pp 974-980 (14.10.2011)

"Kein Zweifel an der Wirkung von Omega-3-Fettsäuren", Pressemitteilung zum DGE-special 02/2006 (09.05.2006)

Vitamin D3 gegen Wintertief

Verschiedene Studien in den letzten Jahren konnten zeigen dass Vitamin D offensichtlich auch einen nicht unerheblichen Effekt auf die psychische Befindlichkeit des Menschen hat. Ein Vitamin-D-Mangel wird auch mit Fibromyalgie, prämenstruellem Syndrom und einem vermehrten Auftreten von Depressionen und Ängstlichkeit in Verbindung gebracht. Es ist bekannt, dass eine Supplementierung mit Vitamin D3 die Stimmungslage bei gesunden Personen während der Wintermonate verbessern kann. Eine hochdosierte Vitamin-D-Einnahme führte bei der Therapie der Winterdepression (SAD) zu einer deutlichen Verminderung depressiver Symptome und erwies sich gegenüber einer Lichttherapie als überlegen. Älteren Menschen leiden bei einem Vitamin-D-Mangel unter schlechter Stimmungslage und an Hirnleistungsstörungen.

Quellen: Lansdowne AT, Provost SC: Vitamin D3 enhances mood in healthy subjects during winter; Psychopharmacology (Berl). 1998 Feb; 135(4): 319-23

Gloth FM 3rd et al: Vitamin D vs broad spectrum phototherapy in the treatment of seasonal affective disorder; J

Nutr. Health Aging. 1999; 3(1): 5 – 7

Vieth R et al: Randomized comparison of the effects of the vitamin D3 adequate intake versus 100 mcg (4000 IU) per day on biochemical responses and the wellbeing of patients.

Infekt & Winterspeck - Beta-1,3/1,6 Glucane (Immunonyl)

Immunonyl ist ein Complex aus aus Beta-1,3-Glucan und Beta-1,6-Glucan, der aus den Zellwänden der Bäckerhefe (*saccharomyces cerevisiae*) in höchster Reinheit gewonnen wird. Betaglucane sind Polysaccharide (Mehrfachzucker), die in Hefe, Heilpilzen, Haferflocken und anderen Getreiden enthalten sind. Beta-1,3-Glucan und Beta-1,6-Glucan gelten nach wissenschaftlichen Erkenntnissen als besonders gesundheitsfördernd. Beta-1,3-Glucan und Beta-1,6-Glucan aktivieren die wichtigsten Immunzellen unseres Körpers: die Makrophagen (z.T. auch die Leukozyten). Studien belegen, dass die Verabreichung von Betaglucanen die Resistenz gegenüber einer großen Anzahl von Infektionen signifikant verbessert, welche durch Bakterien, Pilze, Viren und Parasiten verursacht werden. Diese beiden Mehrfachzucker sind außerdem wirkungsvolle Antioxidantien, verlangsamen die Glukoseaufnahme ins Blut und senken den Insulinspiegel (wichtig um eine Gewichtszunahme zu verhindern!). Des Weiteren können sie das Risiko für Herzkrankheiten reduzieren, indem sie signifikant den Gesamt- und LDL-Blutcholesterinspiegel senken, ohne den positiven HDL-Spiegel zu verändern.

Quellen: Brown, J. Experimental Medicine, Vol. 196, #3:407-412, 2002; Brown et al., J. Experimental Medicine, Vol. 197(9):1119-1124, 2003; Behall et al., J. AM Coll Nutr., 16(1): 46-51, 1997; Website der US Regierung „National Library of Medicine“: <http://www.nlm.nih.gov>; Siehe auch <http://diabetes-1-2.com/diabetes/research.htm> Di Luzio, Trends in Pharmacological Science, 4:344-347, 1983; Di Luzio et al., Advances and Experimental Medicine and Biology, 121A:269-290, 1979

Schlaganfall & Micronährstoffe

Sicherlich können Blutdruck senkende Medikamente/Blutgerinnungshemmer zur Prophylaxe von Schlaganfällen beitragen. Leider sind hiermit auch Risiken verbunden. Wie das Nachrichtenmagazin „Spiegel“ berichtet, wurden von März 2008 bis Anfang November dieses Jahres 256 Todesfälle nach der Einnahme des Blutgerinnungshemmers Pradaxa gemeldet. Eine Nierenschwäche führte hier wahrscheinlich zu überhöhten Wirkstoffspiegeln, was die Therapierisiken steigert. Auch bei anderen verschreibungspflichtigen Gerinnungshemmern besteht das Risiko von Blutungen. Es wäre wünschenswert wenn man hier öfter auf nebenwirkungsfreie Alternativen zur Verbesserung der Blutfließeigenschaften wie z.B. das Enzym Nattokinase, ASS10, Polyphenole und Omega-3-Fettsäuren zurückgreifen würde. Unerwünschte Nebenwirkungen von Marcumar auf Knochen- und Gefäßgesundheit ließen sich z.B. durch kleine Mengen (45-90mcg) Vitamin K2 verhindern. Neben Rauchen, chronischem Stress, Bewegungsmangel und schlechter Ernährung mit zu viel Insulin steigernden Kohlenhydraten können auch parodontale Erkrankungen das Schlaganfallrisiko erhöhen.

Zu den Vitalstoffen, die zur Senkung des Schlaganfallrisikos beitragen können gehören Polyphenole, Flavonoide, Omega-3-Fettsäuren, Magnesium, Kalium, Vitamin C, Vitamin D3, Vitamin B6, B12 und Folsäure. Diese beeinflussen verschiedene Risikoparameter die mit erhöhtem Schlaganfallrisiko und schlechter kognitiver und körperlicher Erholung nach Schlaganfällen in Verbindung gebracht werden können. Zu diesen Risikoparametern gehört z.B. eine erhöhte Freisetzung des erregenden Neurotransmitters Glutamat, ein erhöhter Spiegel des Gefäß- und Nervengiftes Homocystein und ein niedriger HDL-Spiegel.

Magnesian liefert Ihnen gut verträgliches und leicht aufnehmbares Magnesium in Verbindung mit synergistischen Nährstoffen wie Vitamin B6 und Glycin. Mit Produkten wie Flavoxan und Sytrinol von EifelSan können Sie ihre Ernährung mit einem breiten Spektrum an Polyphenolen aus unterschiedlichen Quellen ergänzen. Polyphenole schützen vor die Nervenzellen vor hohen Glutamatspiegeln, verhindern Gefäßverkalkung sowie die Bildung von Blutgerinnseln, indem die Polyphenole Stickstoffmonoxid (NO) in den Blutgefäßen leichter verfügbar machen. Krill Öl liefert Omega-3-Fettsäuren in einer oxidationsgeschützten und besonders gut verwertbaren (Phospholipid-gebundenen) Form. Der Aufbau stabiler Nervenzellmembranen und ein gesunder Cholesterinstoffwechsel werden durch diese besondere Omega-3-Quelle unterstützt. Omega-3-Fettsäuren in Form von Kapseln aus Fischgelatine mit Krill Öl und ein spezieller Citrusflavonoidcomplex (Sytrinol) könnten sich hier gegenseitig unterstützen. Inosin, eine im Gehirn natürlich vorkommende Substanz unterstützt das Wachstum und die Verschaltung von Nervenzellen noch aktiven Nervenzellen und somit die Rehabilitation. Inosin finden Sie in dem Produkt ATP-Norm. Das auch das in allen Zellen vorkommende Metall Zink erwies sich in ungebundener Form als Nervenzellgift, das zur Hirnschädigung nach einem Schlaganfall beiträgt. Zu den Stoffen, die eine extrazelluläre Zinkanhäufung verringern können gehört Carnosin.

Quellen: Arch Intern Med. 2008; 168(5) : 459-465

He K, Rimm EB: Fish consumption and risk of stroke in men. JAMA. 2002 Dec 25;288(24):3130-6

Sandra Standhartinger | pte.online ; J Am Coll Cardiol 2011; 57: 1210-1219

Biotin, Geschmackssinn & Gene

Wissenschaftler der Louisiana State University berichteten von zwei Patienten, bei denen durch eine hoch dosierte Biotintherapie ein Verlust des Geschmackssinns rückgängig gemacht werden konnte. Ein Patient nahm u.a. ein Präparat mit dem Wirkstoff Alpha-Liponsäure ein. Es ist bekannt, dass Alpha-Liponsäure an den Biotintransporter gebunden wird. Durch 10 mg Biotin pro Tag kam es zu einem Rückgang des Geschmacksverlustes. Bei dem zweiten Patienten war eine Operation zur Magenverkleinerung durchgeführt worden, nachdem es zu einem Verlust des Geschmackssinns gekommen war. 20 mg Biotin pro Tag führten zu einer Rückkehr des Geschmackssinns, bei 5mg Biotin pro Tag konnte kein Effekt festgestellt werden. Biotindosen bis zu 40 mg gelten als sicher, so dass diese Form der Hochdosis-Biotin-Therapie bei Geschmacksverlust erprobt werden sollte.

Der genaue Biotinbedarf des Menschen ist nicht bekannt, die Empfehlung für eine adäquate Biotinzufuhr basiert auf der typischen Biotinaufnahme von anscheinend gesunden Personen. Die Zufuhrempfehlungen beachten nicht, dass ein Biotinmangel die Stabilität des Genoms beeinträchtigen kann! Verschiedene Studien neueren Datums lassen die Vermutung zu, dass ein Biotinmangel eine Instabilität des Genoms hervorruft.

Biotin wird auch an bestimmte Histone gebunden und spielt damit auch eine Rolle für die Regulierung der Genaktivität. Neuere Daten weisen darauf hin dass das Biotin abhängige Enzym Holocarboxylase-Synthetase mit Methylierungsreaktionen interagiert. Letztere ist für die Regulierung der Genaktivität von noch größerer Bedeutung. Diese Wirkungen von Biotin auf die epigenetische Regulierung könnte eine Erklärung für verschiedene Geburtsdefekte sein, die man bei Tieren mit Biotinmangel festgestellt hat.

Quellen: Greenway FL et al.: Loss of taste responds to high-dose biotin treatment; J Am Coll Nutr. 2011 Jun; 30(3): 178-81; Zemplini J et al.: Biotin requirements for DANN damage prevention; Mutat Res. 2011 Aur 17.

Nahrung als Medizin, Hrsg. + verantwortlicher Redakteur: Ralph Schnitzler, Aachen, www.heilpraktiker-aachen.com, Art Direction: Jill Heyer, Hamburg


Anzeige:




EifelSan
Nahrungsergänzung

Höchstmögliche Bioverfügbarkeit * Synergistische Produktformulationen *
Hypoallergene Produkte * Anti-Doping-Produkte * Fachberatung * GMP Standard *

Romeinenstraat 84 | NL 6466 CN Kerkrade | Tel (D) 0700-3433 5726 | www.eifelsan.com




Curcuma:
bioaktive Curcuminoide mit 7-fach erhöhter Resorption unterstützen Immunsystem, Verdauung sowie eine gesunde Prostaglandinbalance




Resveratrol:
Reich an Salvestrolen, mit günstigem Einfluss auf wichtige Schutzenzyme.

www.eifelsan.com