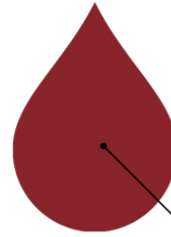


Eisen



- ✓ 800 Tropfen/Flasche
- ✓ 20 Tropfen alle 2 Tage
- ✓ milder Geschmack
- ✓ gut verträglich
- ✓ auch für Kinder (Dosierung anpassen)
- ✓ bestes Preis/Leistungs-Verhältnis



Nährstoffe
je 2-Tagesdosis:* NRV**

Eisen 100mg 714%

*20 Tropfen alle 2 Tage
**Prozentsatz der Nährstoffbezugswerte

Eisen pro Tropfen: 5mg

ZUTATEN: Wasser, Eisensaccharat

VERZEHRPFEHLUNG: 20 Tropfen alle 2 Tage in Wasser,
Kinder: pro 15kg Körpergewicht 4 Tropfen

EINNAHME: möglichst nüchtern (Verträglichkeit in der Regel
besser bei Einnahme zu oder ½ – 2 Std. nach den Mahlzeiten)

Eisen ist quantitativ das wichtigste Spurenelement im menschlichen Körper. Dieser enthält etwa 3-5g Eisen. Eisenmangel ist einer der am häufigsten vorkommenden Nährstoffmängel der Welt. Als besonders gefährdete Gruppen gelten Heranwachsende, Schwangere, menstruierende Frauen sowie ältere Menschen.

FÜR WEN IST EISEN GEEIGNET?

Unser Eisen ist für alle geeignet, die ein **bestehendes Eisendefizit** ausgleichen oder bei **erhöhtem Eisenbedarf** einem Eisenmangel vorbeugen wollen und dabei auf ein gut verträgliches Produkt zurückgreifen möchten.

SEHR GUT VERTRÄGLICH

Unser Eisen umgeht diese Probleme durch seinen besonderen Inhaltsstoff Eisensaccharat. Das ist ein Eisen-Komplex, der sehr stabil ist. Dadurch löst sich das Eisen im Verdauungstrakt kaum aus dem Komplex und verursacht somit weniger oxidativen Stress, da weniger freies Eisen entsteht. Gastrointestinale Nebenwirkungen werden vermieden und das Eisen wird fast ausschließlich physiologisch aufgenommen, was unser Produkt besonders gut verträglich macht. Insbesondere Menschen mit empfindlichem Magen-Darm-Trakt, Schwangere, Kinder und alle, die bei Eisensupplementierung unter genannten Nebenwirkungen leiden, profitieren davon.

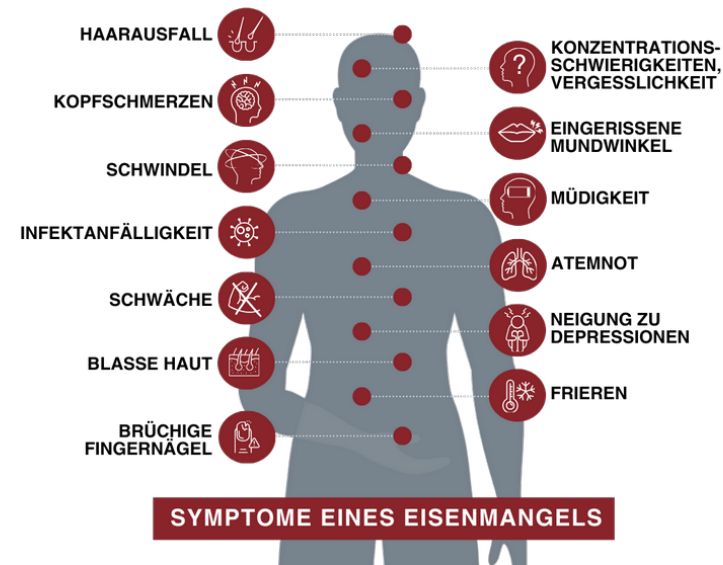
MILDER GESCHMACK

Da es sich, wie erwähnt, bei unserem Produkt um einen Komplex handelt, bei dem das Eisen stark gebunden ist, liegen im Mund im Vergleich zu anderen Präparaten wenig freie Eisenionen vor, die für den typischen Eisengeschmack sorgen, welcher oft als blutig oder rostig empfunden wird. Werden die Eisentropfen in der empfohlenen Dosierung in einem Glas reinem Wasser verdünnt, ist der Eisengeschmack nur schwach wahrzunehmen. Daher eignet sich unser Eisen auch für Kinder, die häufig weniger tolerant gegenüber unangenehmem Geschmack sind.

GEEIGNET BEI SCHLUCKBESCHWERDEN

Aufgrund seiner flüssigen Darreichungsform kann es praktisch ins Getränk von Kindern oder auch Menschen mit Schluckbeschwerden gemischt werden, sodass keine Kapseln oder Tabletten geschluckt werden müssen. Zudem enthält unser Produkt keine künstlichen Aromen oder andere Zusatzstoffe.

bitte wenden



SYMPTOME EINES EISENMANGELS

Sportler haben einen erhöhten Bedarf. Auch Proteinmangel sowie eine vegane/vegetarische Ernährung erhöhen das Risiko für Eisenmangel. Diverse chronische Krankheiten sind mit einem häufig vorkommenden Eisenmangel assoziiert, dazu zählen: Krebs, chronische Erkrankungen der Niere, des Herzens und des Darms.

BESONDERHEITEN UNSERES PRODUKTS

Gängige Eisenpräparate zur oralen Einnahme enthalten meist zweiwertige Eisenverbindungen wie z.B. Eisensulfat oder Eisenbisglycinat. Aus diesen Verbindungen wird Eisen schnell freigesetzt. Das geht sehr häufig mit gastrointestinalen Nebenwirkungen (Übelkeit, Blähungen, Durchfall, Bauchschmerzen) einher, die auf oxidativen Stress durch freie Eisenionen zurückzuführen sind. Der Darm wird geschädigt und Eisen über passive Diffusion aufgenommen.



WIRKUNG (zugelassene Health Claims):

- ✓ Eisen trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei.
- ✓ Eisen trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.
- ✓ Eisen trägt zur normalen Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei.
- ✓ Eisen trägt zu einem normalen Sauerstofftransport im Körper bei.
- ✓ Eisen trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei.
- ✓ Eisen trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.
- ✓ Eisen hat eine Funktion bei der Zellteilung.

Eisen gehört zu den wichtigsten Spurenelementen, die der Körper über die Nahrung zuführen muss, um lebensfähig zu sein. Es ist für zahlreiche wichtige Stoffwechselprozesse unseres Organismus von Bedeutung.

EISEN UND SEINE WICHTIGSTEN AUFGABEN

SAUERSTOFFTRANSPORT UND ZELLULÄRE ENERGIEVERSORGUNG

Seine wohl wichtigste Aufgabe ist der Transport von Sauerstoff mit Hilfe des roten Blutfarbstoffs Hämoglobin. Sauerstoff gelangt dadurch über das Blut in alle Körperzellen, wo in den Mitochondrien die Zellatmung stattfindet und Energie produziert wird, die für alle Stoffwechsellvorgänge wichtig ist. Eisen ist somit nicht nur für die Sauerstoffversorgung, sondern auch für die Energieversorgung der Zellen notwendig. Eine optimale Eisenversorgung schafft gute Voraussetzungen dafür, dass wir uns lebendig und voller Kraft und Energie fühlen.

IMMUNSYSTEM

Eisen unterstützt die Regulierung der unspezifischen Immunabwehr. Ein gut funktionierendes Immunsystem ist auf genügend Eisen angewiesen, sonst steigt die Infektanfälligkeit.

ENTGIFTUNG

Die Entgiftung von Substanzen, die ausgeschieden werden müssen, da sie sonst dem Organismus schaden würden, findet in der Leber statt. Die meisten der dafür nötigen Entgiftungsenzyme sind eisenhaltige Proteine, die Eisen für ihre Funktion brauchen.

WACHSTUM UND ENTWICKLUNG

Eisenhaltige Enzyme sind auch daran beteiligt, dass bei der Zellteilung die benötigte DNA aufgebaut werden kann, sowie an DNA-Reparaturmechanismen. Wachstum und Zellerneuerung, Regeneration, Produktion von Bindegewebe etc. würden ohne Eisen nicht funktionieren.

HIRNENTWICKLUNG UND NEUROTRANSMITTER

Eisen wird im Gehirn für die Ummantelung der Nervenfasern mit dem schützenden Myelin benötigt. Die Synthese der Neurotransmitter Dopamin, Noradrenalin und Serotonin, die u.a. für Lebensfreude, Durchhaltevermögen und Leistungsbereitschaft sorgen, ist eisenabhängig. Phasen unerklärlicher Müdigkeit und depressiver Verstimmung können durch einen Eisenmangel bedingt sein. Nicht zuletzt brauchen Kinder Eisen für ihre Gehirnentwicklung und die Entwicklung kognitiver Funktionen wie Denkvorgänge, Lernen, Erinnern usw.

INTERESSANTES ZU EISEN

Als zentraler Bestandteil des roten Blutfarbstoffs Hämoglobin ist Eisen für dessen rote Farbe verantwortlich. Das in Pflanzen vorkommende Blattgrün, bzw. Chlorophyll, ist dem menschlichen Hämoglobin sehr ähnlich. Der Hauptunterschied, der auch für den Farbunterschied sorgt, findet sich in der Mitte der jeweiligen Strukturen. Beim roten Hämoglobin ist das Zentralatom Eisen, beim grünen Chlorophyll ist es Magnesium.

KINDERWUNSCH UND SCHWANGERSCHAFT – GUT VORBEREITET?

Gerade Frauen im gebärfähigen Alter sind häufig von Eisenmangel betroffen. Grund dafür ist die Kombination aus erhöhtem Eisenbedarf und menstruationsbedingtem Eisenverlust. So kann es vorkommen, dass Frauen schon zu Beginn ihrer Schwangerschaft nicht adäquat mit Eisen versorgt sind. Dabei ist eine optimale Eisenversorgung in Schwangerschaft und Stillzeit für die fetale Entwicklung und die Gesundheit von Mutter und Kind besonders wichtig und sollte bereits ab Kinderwunsch im Fokus stehen.

IST MEINE FAMILIE AUSREICHEND MIT EISEN VERSORGT?

Eisen ist ein lebenswichtiger Faktor für viele Stoffwechsellvorgänge im Körper und ist für das körperliche und geistige Leistungsvermögen und die Verhinderung neurologischer und kognitiver Defizite bei Kindern essenziell. Da sich Kinder und Jugendliche im Wachstum befinden, benötigen sie eine optimale Versorgung mit Eisen. Das größte Risiko für einen Eisenmangel besteht für Kleinkinder in den ersten drei Lebensjahren (Umstieg von Muttermilch oder Säuglingsnahrung auf feste Nahrung) und für Mädchen in der Pubertät (Menstruation plus erhöhtes Wachstum).

EISENVERSORGUNG IM ALTER?

Um auch im Alter weiterhin körperlich und geistig leistungsfähig zu bleiben, ist eine optimale Eisenversorgung wichtig. Obwohl ältere Menschen per se keinen höheren Eisenbedarf haben, besteht für sie dennoch das Risiko unzureichend mit Eisen versorgt zu sein, da z.B. die Ernährung für eine adäquate Eisenzufuhr nicht angemessen ist, chronische Erkrankungen vorliegen oder bestimmte Medikamente dauerhaft eingenommen werden, was die Eisenaufnahme beeinträchtigen kann.

EISENVERSORGUNG BEI FLEISCHLOSER ERNÄHRUNG?

Eine fleischlose Ernährung kann Ursache eines Eisenmangels sein. Eisen aus pflanzlichen Lebensmitteln (s.g. Nicht-Häm-Eisen) kann vom Körper nicht so gut aufgenommen werden wie Eisen aus tierischen Quellen (Häm-Eisen). Die Verfügbarkeit des Eisens für den Körper kann zusätzlich durch bestimmte Pflanzeninhaltsstoffe gehemmt werden.

KANN EISENREICHE ERNÄHRUNG EINEN EISENMANGEL AUSGLEICHEN?

Wenn die Eisenspeicher erschöpft sind und ein nachgewiesener Eisenmangel vorliegt, werden bevorzugt orale Eisenpräparate empfohlen. Eine eisenreiche Ernährung reicht bei leeren Eisenspeichern meist nicht aus. Spätestens dann ist eine Eisensupplementierung angezeigt.

02/26 / Änderungen vorbehalten

