

Nahrungsergänzungsmittel

Für Gesundheitsbewusste



- Wir stellen Nahrungsergänzungsmittel in bester Qualität her und liefern dazu Information auf höchstem Niveau
- Mit einem Lexikon der wichtigsten Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente

wir
forschen



Nahrungsergänzungsmittel –

hergestellt mit dem Wissen eines innovativen
Arzneimittelherstellers und dem Background
eines forschenden Pharma-Unternehmens



Inhalt

Die wichtigsten Informationen zu jedem Produkt*	
4	CAREIMMUN Basic® – Verbraucherinformation
8	CAREIMMUN Onco® – Verbraucherinformation
12	KIMUN® – Verbraucherinformation
16	MALEVITAL biosyn® – Verbraucherinformation
20	MICROSAN® – Verbraucherinformation
24	myfemella – Verbraucherinformation
28	myflora comfort – Verbraucherinformation
32	selenase® 100 XL – Verbraucherinformation
36	selenase® 200 XXL – Verbraucherinformation
40	SELENMINERASE® – Verbraucherinformation
44	THYMO-GLANDURETTEN – Verbraucherinformation
48	THYMVITAL® – Verbraucherinformation
52	Vit D3 biosyn® – Verbraucherinformation
Anhang	
56	Lexikon der Vitamine und Mineralstoffe
64	Informationen der biosyn Arzneimittel GmbH
68	Impressum

* Sie finden diese Informationen auch als Beilage in den Produktpackungen

CAREIMMUN Basic®

Nahrungsergänzungsmittel mit Vitaminen, Mineralstoffen, Spurenelementen, Coenzym Q10 und sekundären Pflanzenstoffen (Lycopin und Lutein)

- für normale Stoffwechselforgänge
- für eine normale Funktion des Immunsystems
- zum Zellschutz vor oxidativem Stress

Warum CAREIMMUN Basic®?

- optimale Dosierung
- hoher Vitamin-D₃-Gehalt
- enthält zusätzlich Coenzym Q10 und Carotinoide
- Folsäure in Form von Methyltetrahydrofolat
- flexible Einnahme
- nur eine Kapsel pro Tag
- ohne Milchzucker, Gluten, Gelatine, Hefe, Farbstoffe und Konservierungsstoffe
- vegetarisch
- gut verträglich

Optimale Dosierung

Zur täglichen Basisversorgung mit essenziellen Mikronährstoffen steht mit CAREIMMUN Basic® eine Nahrungsergänzung mit den wichtigsten Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen in optimal dosierter Form zur Verfügung.

Hoher Vitamin-D₃-Gehalt

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat vor kurzem den täglichen Bedarf von Vitamin D₃ von 5 µg auf 20 µg erhöht. CAREIMMUN Basic® enthält daher 20 µg Vitamin D₃.

Enthält zusätzlich Coenzym Q10 und Carotinoide

CAREIMMUN Basic® enthält zusätzlich sekundäre Pflanzenstoffe, sogenannte Carotinoide, aus Extrakten der Tomate und der Tagetes erecta, sowie die vitaminähnliche Substanz Coenzym Q10.



Folsäure in Form von Methyltetrahydrofolat

CAREIMMUN Basic® enthält Folsäure in der bioaktiven Form Methyltetrahydrofolat. Bis zu 50 % der Menschen können Folsäure nur unzureichend verwerten. Methyltetrahydrofolat stellt eine ausreichende Versorgung sicher.

Flexible Einnahme

In CAREIMMUN Basic® sind die Mikronährstoffe in einer Kapsel mit kleinen Pellets enthalten. Dies hat den Vorteil, dass die verschiedenen Mikronährstoffe nicht interagieren und sich dabei inaktivieren können. Ein weiterer Vorteil ist die spezielle Beschichtung der Pellets, die dafür sorgt, dass die Kapseln geöffnet werden können, und die Pellets beispielsweise über das Essen gestreut eingenommen werden können.

Nur 1 Kapsel pro Tag – geringer Aufwand

Aufgrund der optimalen Dosierung von CAREIMMUN Basic® und seiner besonderen Galenik genügt es, zur täglichen Unterstützung des Immunsystems nur eine Kapsel pro Tag mit Flüssigkeit einzunehmen.

Gut verträglich

CAREIMMUN Basic® ist ohne Milchzucker, Gluten, Gelatine, Hefe, Farbstoffe und Konservierungsmittel. Die Färbung der Pellets beruht auf dem enthaltenen Coenzym Q10-Anteil.

Welche Einflüsse haben verschiedene Mikronährstoffe?

Wichtig bei folgenden Funktionen	Mikronährstoffe
Funktion des Immunsystems	Vitamin B ₆ , B ₁₂ , Folsäure, Vitamin A, C, D ₃ , Kupfer, Selen, Zink
Verringerung der Ermüdung	Vitamin B ₂ , B ₆ , B ₁₂ , Folsäure, Pantothensäure, Niacin, Vitamin C
Zellschutz vor oxidativem Stress	Vitamin C, E, B ₂ , Kupfer, Selen, Zink
Trägt zur normalen DNA-Synthese bei	Zink
Funktion bei der Zellteilung bzw. Zellspezialisierung	Vitamin B ₁₂ , Folsäure, Vitamin A, D ₃ , Zink
Energiestoffwechsel	Vitamin B ₁ , B ₂ , B ₆ , B ₁₂ , Biotin, Pantothensäure, Niacin, Vitamin C, Kupfer
Funktion des Nervensystems	Vitamin B ₁ , B ₂ , B ₆ , B ₁₂ , Biotin, Niacin, Vitamin C, Kupfer
Schleimhäute	Vitamin A, B ₂ , Niacin, Biotin
Zähne	Vitamin C, D ₃
Haare	Biotin, Zink, Selen
Haut	Vitamin A, B ₂ , Biotin, Niacin, Vitamin C, Zink

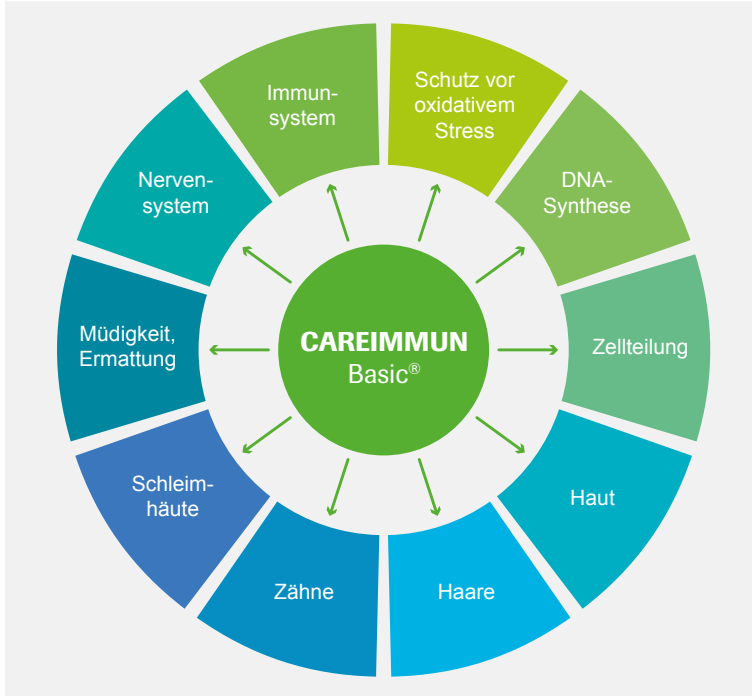
Gesunde und ausgewogene Ernährung

Nahrungsergänzungsmittel werden zunehmend kritisch gesehen, seitdem Studien veröffentlicht wurden, welche die Supplementierung einzelner Mikronährstoffe mit einem vermehrten Auftreten verschiedener Erkrankungen in Zusammenhang bringen. Gleichzeitig besagt das immer wiederkehrende Mantra, dass eine gesunde und ausgewogene Ernährung den Bedarf an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen mehr als deckt.

Die Realität zeigt allerdings, dass die meisten Menschen diese gesunde und ausreichende Ernährung so nicht schaffen und deshalb zu wenige Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe zu sich nehmen. Ganz besonders dann, wenn der Alltag so anstrengend ist, dass der Körper mehr dieser wichtigen Stoffe brauchen würde, aber weniger Zeit und Gedanken für eine gesunde, ausgewogene Ernährung bleiben.

Der Mensch – ein Anpassungskünstler

Im Laufe der Jahrtausende hat sich der Mensch an die unterschiedlichsten Lebensräume angepasst – von der staubtrockenen Wüste bis zu den Eislandschaften der Arktis. Möglich war dies, da der Mensch als Omnivore sowohl mit sehr fleischlastiger als auch pflanzenreicher Nahrung überleben kann. In Europa war es lange Zeit ein Überlebensvorteil, Milch und Milchprodukte problemlos verdauen zu können, während es in anderen Teilen der Welt keine große Bedeutung hatte und dementsprechend in diesen Gebieten ein hoher Anteil der Bevölkerung die in der Milch enthaltene Laktose nicht ohne Probleme abbauen kann. Die mediterrane Ernährung unterscheidet sich stark von der traditionellen japanischen Ernährung, trotzdem wird beiden Ernährungsweisen basierend auf wissenschaftlichen Ergebnissen und des hohen Altersdurchschnitts ein besonders hoher gesundheitlicher Vorteil zugesprochen.



Ernährungsempfehlungen – mehr Verwirrung als Hilfe

Die meisten Länder geben inzwischen Empfehlungen für eine gesunde und ausgewogene Ernährung in Form einer Nahrungspyramide oder eines Nahrungskreises. Doch diese Empfehlungen unterscheiden sich zum Teil erheblich. Mal sollen Obst und Gemüse den größten Anteil ausmachen, mal Getreideprodukte.

Dazu kommt, dass manche Nahrungsmittel verschiedenen Gruppen zugeordnet werden und deshalb auch unterschiedlich bewertet werden – zum Beispiel Nüsse. In Kroatien werden Nüsse der Zuckergruppe zugeordnet, in der Schweiz der Fettkategorie, in Spanien und England werden sie zusammen mit Fleisch, Fisch, Bohnen und Eiern in einer Proteingruppe zusammengefasst. Griechenland empfiehlt dagegen Nüsse zusammen mit Oliven und Hülsenfrüchten in einer eigenen Gruppe.

Auch wesentlich häufiger konsumierte Nahrungsmittel sind betroffen: Bohnen, Erbsen und Linsen werden je nach Land zusammen mit Fleisch, Gemüse, Obst oder Kartoffeln eingruppiert – wobei Kartoffeln zu den sog. heimatischen Nahrungsmitteln gehören, die in vielen verschiedenen Kategorien zu finden sind.

Ernährungsempfehlung in Deutschland

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat inzwischen eine dreidimensionale Ernährungspyramide eingeführt, die allerdings keine Angaben über die täglich empfohlenen Mengen gibt. Dazu muss zusätzlich der Ernährungskreis herangezogen werden.

Allgemeine Hinweise

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von CAREIMMUN Basic®

Nährstoff	pro Kapsel	NRV*	Nährstoff	pro Kapsel	NRV*
Coenzym Q10	20 mg		Pantothensäure	6 mg	100 %
Lycopin	1,3 mg		Vitamin B12	2 µg	80 %
Lutein	1,3 mg		Biotin	70 µg	140 %
Vitamin A	317 µg RÄ / 1056 I.E.	40 %	Folsäure	200 µg	100 %
davon: β-Carotin	167 µg RÄ / 556 I.E.		Niacin	16 mg NÄ	100 %
Vitamin C	100 mg	125 %	Chrom	30 µg	75 %
Vitamin E	12 mg	100 %	Kupfer	1 mg	100 %
Vitamin D3	20 µg	400 %	Molybdän	50 µg	100 %
Vitamin B1	1 mg	91 %	Selen	70 µg	127 %
Vitamin B2	1,2 mg	86 %	Zink	10 mg	100 %
Vitamin B6	1,2 mg	86 %			

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values); I.E. = Internationale Einheit, NÄ = Niacin-Äquivalent, RÄ = Retinol-Äquivalent

Nationale Verzehrstudie II – der tatsächliche Mikronährstoffstatus

Die 2008 veröffentlichte nationale Verzehrstudie II (n = 15.371) gibt einen Überblick über die Mikronährstoffzufuhr der Deutschen.

Kritische Vitamine: Vitamin D und Folsäure
Bei den meisten Vitaminen wurde im Mittel die tägliche Menge zugeführt, die den empfohlenen Werten entsprach. Die Ausnahme bildeten Vitamin D und Folsäure. 79 % der Männer und 86 % der Frauen lagen unter dem empfohlenen Wert für Folsäure, wobei der Anteil mit zunehmendem Alter stieg. Bei Vitamin D unterschritten 82 % der Männer und 91 % der Frauen die empfohlenen 5 µg Vitamin D pro Tag – wobei die Empfehlung inzwischen auf 20 µg angehoben wurde und damit der Anteil der unterversorgten Deutschen nahe bei 100 % liegen dürfte.

Kritische Mineralstoffe und Spurenelemente: Jod, Eisen und Calcium

Bei den Mineralstoffen ist die Zufuhr von Jod, Eisen und Calcium kritisch. Die tatsächliche Jodaufnahme ist schwierig einzuschätzen, da diese stark von der aufgenommenen Menge jodiertem Salz abhängt. Die Eisenzufuhr ist bei Frauen im gebärfähigen Alter problematisch. Eine zusätzliche Eiseneinnahme sollte aber nur bei einem nachgewiesenen Eisenmangel erfolgen. Überraschenderweise ist auch Calcium ein kritischer Nährstoff bei weiblichen Jugendlichen zwischen 14 und 18 Jahren bzw. bei älteren Männern und Frauen (65–80 Jahre).

Was ist mit Selen?

Daten über die tägliche Selenzufuhr wurden in der nationalen Verzehrstudie II nicht erfasst – mit dem Hinweis auf die stark schwankenden Selenlevel in Nahrungsmitteln. Die tägliche Selenaufnahme lag in Studien bei lediglich 42 µg Selen bei Männern und 30 µg Selen bei Frauen. Empfohlen wird von der DGE eine tägliche Selenzufuhr von 70 µg (Männer) bzw. 60 µg (Frauen).

CAREIMMUN **Onco**®

Multivitaminpräparat mit hochdosiertem Coenzym Q10

- für eine normale Funktion des Immunsystems
- zur Verringerung von Müdigkeit und Ermattung
- zum Zellschutz vor oxidativem Stress
- zur Unterstützung der normalen DNA-Synthese
- hat eine Funktion bei der Zellteilung
- zur Erhaltung der Schleimhaut

Warum CAREIMMUN Onco®?

- optimale Dosierung zur Ergänzung der normalen Ernährung auch in Belastungssituationen
- hoher Vitamin-D₃-Gehalt
- enthält zusätzlich hochdosiertes Coenzym Q10 und Carotinoide
- Folsäure in Form von Methyltetrahydrofolat
- kein Eisen oder β -Carotin
- flexible Einnahme
- nur eine Kapsel pro Tag
- ohne Milchzucker, Gluten, Gelatine, Hefe, Farbstoffe und Konservierungsstoffe
- vegetarisch
- gut verträglich

Optimale Dosierung zur Ergänzung der normalen Ernährung auch in Belastungssituationen

Zur täglichen Basisversorgung mit essenziellen Mikronährstoffen steht mit CAREIMMUN Onco® eine Nahrungsergänzung mit den wichtigsten Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen in optimal dosierter Form zur Verfügung.

CAREIMMUN Onco® gleicht die individuellen Defizite aus, und ist auf die persönliche Belastungs- und/oder Mangelsituation abgestimmt.



Die natürlichen Abwehrkräfte des Körpers können so schnell stabilisiert sowie individuelle Mangelzustände gezielt ausgeglichen werden.

Hoher Vitamin-D₃-Gehalt

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat vor kurzem den täglichen Bedarf von Vitamin D₃ von 5 μ g auf 20 μ g erhöht. CAREIMMUN Onco® enthält daher 20 μ g Vitamin D₃.

Enthält zusätzlich hochdosiertes Coenzym Q10 und Carotinoide

CAREIMMUN Onco® enthält zusätzlich sekundäre Pflanzenstoffe, sogenannte Carotinoide, aus Extrakten der Tomate und der Tagetes erecta, sowie – hochdosiert – die vitaminähnliche Substanz Coenzym Q10.

Folsäure in Form von Methyltetrahydrofolat

CAREIMMUN Onco® enthält Folsäure in der bioaktiven Form Methyltetrahydrofolat. Bis zu 50 % der Menschen können Folsäure nur unzureichend verwerten. Methyltetrahydrofolat stellt eine ausreichende Versorgung sicher.

Welche Einflüsse haben verschiedene Mikronährstoffe?

Wichtig bei folgenden Funktionen	Mikronährstoffe
Funktion des Immunsystems	Vitamin B ₆ , B ₁₂ , Folsäure, Vitamin A, C, D ₃ , Kupfer, Selen, Zink
Verringerung der Ermüdung	Vitamin B ₂ , B ₆ , B ₁₂ , Folsäure, Pantothensäure, Niacin, Vitamin C
Zellschutz vor oxidativem Stress	Vitamin C, E, B ₂ , Kupfer, Selen, Zink
Trägt zur normalen DNA-Synthese bei	Zink
Funktion bei der Zellteilung bzw. Zellspezialisierung	Vitamin B ₁₂ , Folsäure, Vitamin A, D ₃ , Zink
Energiestoffwechsel	Vitamin B ₁ , B ₂ , B ₆ , B ₁₂ , Biotin, Pantothensäure, Niacin, Vitamin C, Kupfer
Funktion des Nervensystems	Vitamin B ₁ , B ₂ , B ₆ , B ₁₂ , Biotin, Niacin, Vitamin C, Kupfer
Schleimhäute	Vitamin A, B ₂ , Niacin, Biotin
Zähne	Vitamin C, D ₃
Haare	Biotin, Zink, Selen
Haut	Vitamin A, B ₂ , Biotin, Niacin, Vitamin C, Zink

Kein Eisen und β -Carotin

Eisen ist ein essenzieller Mikronährstoff, der die Zellteilung und das Zellwachstum unterstützt.

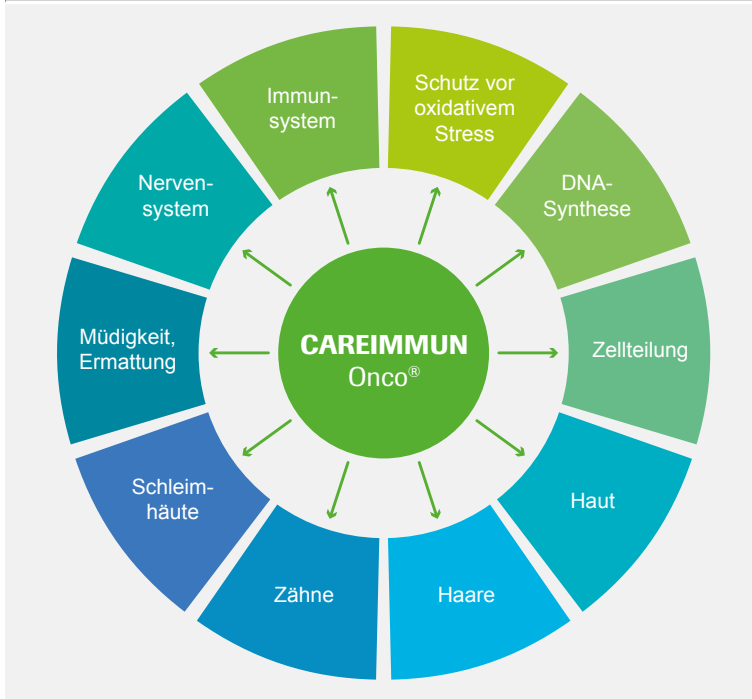
Krebszellen zeichnen sich durch ein schnelles Zellwachstum und eine hohe Proliferation aus, wodurch ein erhöhter Eisenbedarf entsteht.

Um diesen erhöhten Bedarf an Eisen zu erfüllen, ist die Eisenhomöostase in Tumorzellen an mehreren Punkten verändert. Daher kann Eisen sowohl zur Tumorentstehung als auch zum Tumorwachstum beitragen.

β -Carotin ist vor allem bei Rauchern kontraindiziert, da bei diesen ein Anstieg des Lungenkrebsrisikos in Studien nachgewiesen werden konnte. CAREIMMUN Onco® enthält aus diesem Grund kein Eisen oder β -Carotin.

Flexible Einnahme

In CAREIMMUN Onco® sind die Mikronährstoffe in einer Kapsel mit kleinen Pellets enthalten. Dies hat den Vorteil, dass die verschiedenen Mikronährstoffe nicht interagieren und sich dabei inaktivieren können. Ein weiterer Vorteil ist die spezielle Beschichtung der Pellets, die dafür sorgt, dass die Kapseln geöffnet werden können, und die Pellets beispielsweise über das Essen gestreut eingenommen werden können.



Nur 1 Kapsel pro Tag – geringer Aufwand

Aufgrund der optimalen Dosierung von CAREIMMUN Onco® und seiner besonderen Galenik genügt es, zur täglichen Unterstützung des Immunsystems nur eine Kapsel pro Tag mit Flüssigkeit einzunehmen.

Gut verträglich

CAREIMMUN Onco® ist ohne Milchzucker, Gluten, Gelatine, Hefe, Farbstoffe und Konservierungsmittel. Die Färbung der Pellets beruht auf dem hohen enthaltenen Coenzym Q10-Anteil.

Coenzym Q10

Das Coenzym Q10, auch Ubichinon genannt, ist eine fettlösliche Substanz, die den fettlöslichen Vitaminen E und K ähnelt. Coenzym Q10 kann vom Körper selbst hergestellt werden, wenn genügend Folsäure, Niacin, Vitamin B5, B6 und B12 sowie die Aminosäuren Phenylalanin, Tyrosin und Methionin zur Verfügung stehen.

Der menschliche Körper setzt jeden Tag verhältnismäßig große Mengen an Coenzym Q10 um. Dabei ist der Gesamtbestand im menschlichen Körper versorgungsabhängig und liegt im Bereich 0,5–1,5g. Die gleichzeitige Aufnahme von Fetten und sekundären Pflanzenstoffen erhöht die Bioverfügbarkeit von Coenzym Q10.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von CAREIMMUN Onco®

Nährstoff	pro Kapsel	NRV*	Nährstoff	pro Kapsel	NRV*
Coenzym Q10	50 mg		Vitamin B12	3 µg	120 %
Lycopin	2,5 mg		Biotin	70 µg	140 %
Lutein	5 mg		Folsäure	200 µg	100 %
Vitamin C	100 mg	125 %	Niacin	30 mg NÄ	188 %
Vitamin E	12 mg	100 %	Chrom	30 µg	75 %
Vitamin D ₃	20 µg	400 %	Kupfer	1 mg	100 %
Vitamin B ₁	1 mg	91 %	Molybdän	50 µg	100 %
Vitamin B ₂	1,2 mg	86 %	Selen	70 µg	127 %
Vitamin B ₆	1,2 mg	86 %	Zink	10 mg	100 %
Pantothensäure	6 mg	100 %			

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values);
NÄ = Niacin-Äquivalent

Sekundäre Pflanzenstoffe aus Tomaten und Tagetes erecta

Im menschlichen Stoffwechsel kommen sechs Carotinoide vor: β -Carotin, α -Carotin, Lycopin, β -Cryptoxanthin, Lutein und Zeaxanthin. Tomaten besitzen einen hohen Lycopin-Gehalt. Tagetes erecta oder Studentenblume weist einen hohen Gehalt an Lutein auf. Die biologische Aktivität von Carotinoiden beruht auf mehreren Funktionen. Zu allererst ist ihre Funktion als Provitamin A.

Allgemeine Hinweise

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung und eine gesunde Lebensweise sind wichtig.

Packungen

Packungen mit 90 und 270 Kapseln

Weitere Informationen

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu CAREIMMUN Onco® zu.

Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail:

information@biosyn.de

(Stichwort: VI CAREIMMUN Onco®),

rufen Sie uns an:

Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH

Stichwort: CAREIMMUN Onco®

Postfach 1246

70702 Fellbach, Deutschland

Weitere Informationen über uns auf

[Facebook](#), [YouTube](#), [Twitter](#), [Pinterest](#),
[Instagram](#) und [feierabend.de](#)

KIMUN®

Nahrungsergänzungsmittel mit Selen

KIMUN® unterstützt
das Immunsystem durch Selen



- beim Älterwerden
- in der Rekonvaleszenz
- ohne Gluten, Laktose, Hefe, Gelatine und Konservierungsstoffe
- vegetarisch

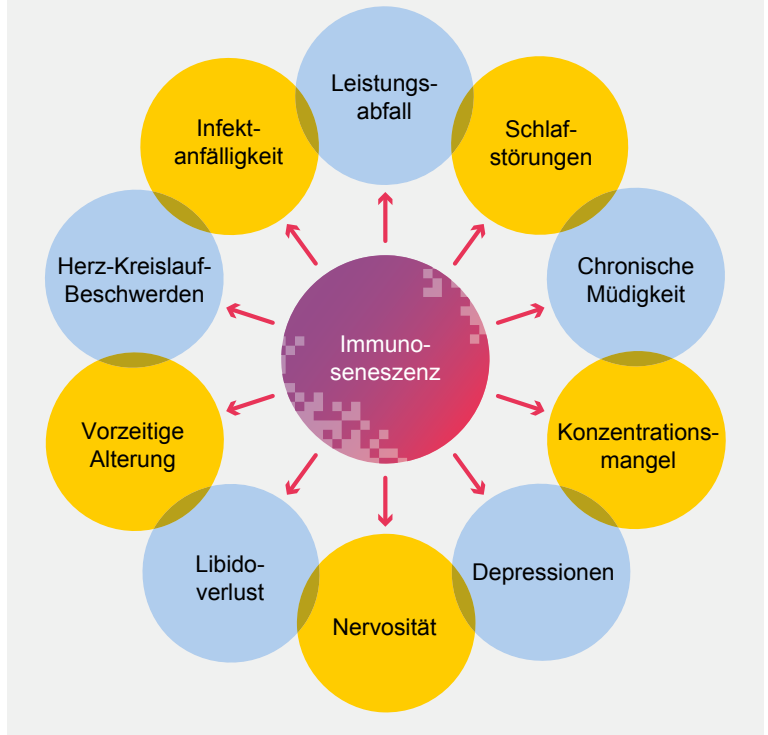
KIMUN® versorgt mit Selen

KIMUN® ist ein Nahrungsergänzungsmittel mit dem Spurenelement Selen. So trägt es mit Selen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei und kann die natürlichen Abwehrkräfte des Körpers unterstützen. Die regelmäßige tägliche Einnahme von KIMUN® ist daher besonders in Belastungssituationen als unterstützende Ernährungsmaßnahme zu empfehlen.

Verzehrempfehlung

1 Kapsel pro Tag ca. 1 Stunde vor einer Mahlzeit mit etwas Flüssigkeit schlucken. Bei Schluckbeschwerden die Kapsel öffnen und den Inhalt mit etwas Flüssigkeit einnehmen.





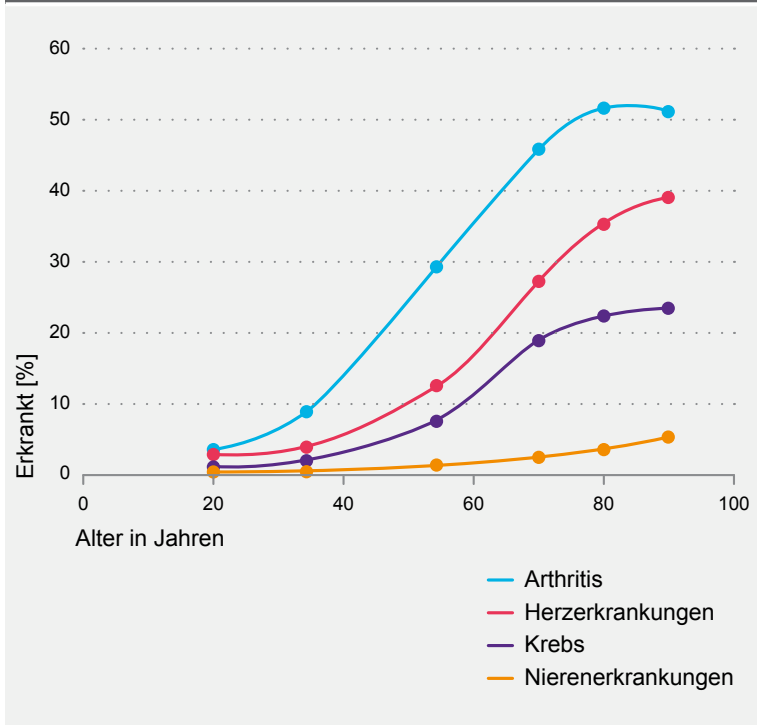
Was ist Immunoseneszenz?

Als Immunoseneszenz wird der altersabhängige Abbau der immunologischen Kompetenz bezeichnet. Dazu gehört sowohl die Kapazität des Immunsystems, auf Infektionen zu reagieren, als auch die Entwicklung eines Langzeitimmungedächtnisses, vor allem bei Impfungen. Die Immunoseneszenz wird als der wichtigste Faktor für eine erhöhte Morbidität und Mortalität im Alter angesehen. Zusammen mit der ebenfalls altersabhängigen Rückbildung des Thymus führt dies dazu, dass dem Körper kaum native T-Zellen zur Verfügung stehen, aus denen spezifische Antikörper gebildet werden. Daher ist man im Alter deutlich anfälliger für eine Vielzahl von Infektionen sowie nicht-infektiösen Erkrankungen.

Ist eine adäquate Selenversorgung für die Funktion des Immunsystems wichtig?

Selen ist ein essenzielles Spurenelement und trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen. Seine vielfältigen biologischen Effekte beruhen auf dem Einbau in Selenproteine. Die große Anzahl an Selenproteinen im menschlichen Körper spielt u. a. eine entscheidende Rolle beim Abbau von oxidativem Stress. Selen ist zudem wichtig, um die Immunität des Körpers zu initiieren, aber auch um die Immunantwort zu regulieren. Eine adäquate Selenversorgung sichert sowohl die angeborene als auch die adaptive Immunabwehr. Daher benötigt das Immunsystem Selen für eine normale Funktion. Ein Selendefizit kann zu einer schwächeren Immunantwort führen.

Auswirkung der Immunoseneszenz auf die Häufigkeit von Erkrankungen



Ändert sich die Nährstoffaufnahme im Alter?

Im Alter verändert sich die Zusammensetzung des Körpers und beeinflusst unmittelbar die Nährstoffaufnahme und den Stoffwechsel. Neben beeinflussbaren Faktoren wie Ernährung und Bewegung spielen unbeeinflussbare Faktoren eine Rolle. Ein Grund für die verschlechterte Aufnahme sowohl von Nährstoffen als auch Mikronährstoffen wie Vitamine, Mineralien und Spurenelemente können altersspezifische Veränderungen des Gastrointestinaltrakts sein. Bei einem Drittel der älteren Menschen findet sich eine degenerative Magenschleimhautveränderung (atrophe Gastritis). Meist fehlen klinische Symptome.

Der Mangel an Magensäure kann unter anderem zu einem bakteriellen Überwuchs des Magendarmtrakts führen, wodurch die Absorption von Mikronährstoffen beeinflusst wird. Die Folgen fehlender Nährstoffe sind oft nicht offensichtlich und können in den Symptomenkomplexen von chronischen Erkrankungen und dem Altern unerkannt bleiben. Daher ist es wichtig, früh genug an die Problematik einer Mangelernährung im Alter zu denken, da ein Mangel an Nährstoffen erst Jahre später Folgen haben kann, die dann aber meist irreversibel sind.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von KIMUN®

Nährstoff	pro Kapsel	Tagesbedarf*
Selen	30 µg	55 %

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)

Zutaten

63,2% Aminosäuremischung (L-Glutaminsäure, L-Asparaginsäure, L-Leucin, L-Valin, L-Lysin-monohydrochlorid, L-Arginin, L-Isoleucin, Glycin, L-Alanin, L-Threonin, L-Serin, L-Prolin, L-Phenylalanin, L-Methionin, L-Histidin-monohydrochlorid, L-Cystin, L-Tyrosin); Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose, Schellack; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Natriumselenit-Pentahydrat; Farbstoffe: E 101, E 131; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren.

Packungen

Packung mit 30 Kapseln

Bitte beachten

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Vor Wärme und Sonneneinstrahlung schützen.

Weitere Informationen

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase®.

Bitte informieren Sie sich auf: www.biosyn.de/produkte/nahrungsergaenzungsmittel

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu KIMUN® zu. Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail: information@biosyn.de (Stichwort: VI KIMUN®),

rufen Sie uns an:
Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH
Stichwort: KIMUN®
Postfach 1246
70702 Fellbach, Deutschland

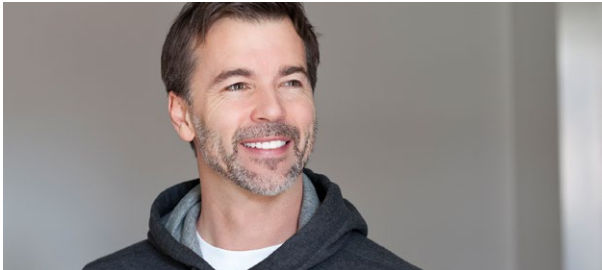
Weitere Informationen über uns auf [Facebook](#), [YouTube](#), [Twitter](#), [Pinterest](#), [Instagram](#) und feierabend.de

MALEVITAL biosyn®

Nahrungsergänzungsmittel mit Selen und Coenzym Q10

Selen trägt zu einer normalen Spermienbildung
und zum Schutz vor oxidativem Stress bei

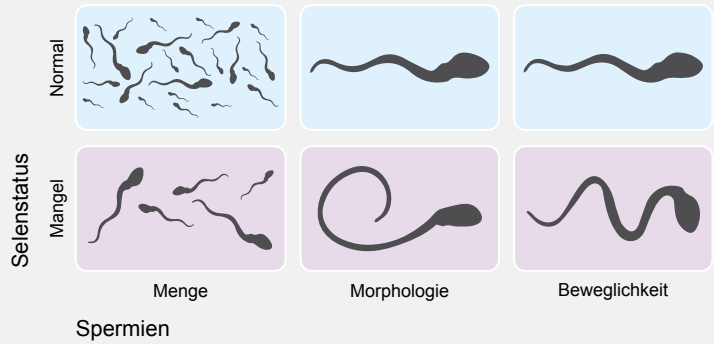
Warum MALEVITAL biosyn®?



- mit Coenzym Q10
- laktosefrei
- glutenfrei
- ohne Konservierungsstoffe
- gut verträglich

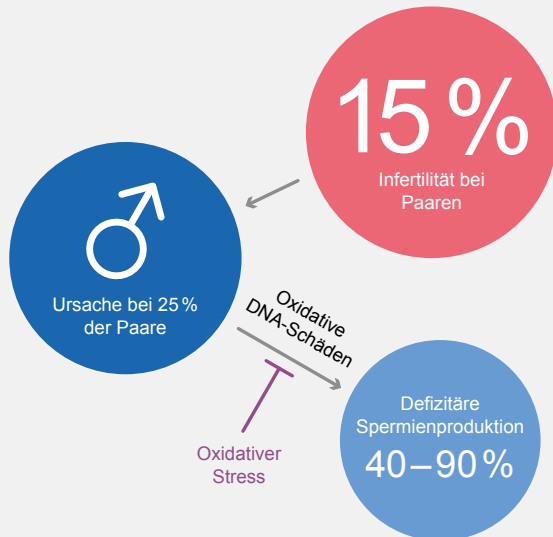


Einfluss des Selenmangels auf die Spermienqualität



Boitani C, Puglisi R. Adv Exp Med Biol. 2008; 636: 65-73.
[Selenium, a Key Element in Spermatogenesis and Male Fertility.](#)

Mögliche Ursachen für Unfruchtbarkeit



Moslemi MK, Tavanbakhsh S. Int J Gen Med. 2011 Jan 23; 4: 99-104. [Selenium-vitamin E supplementation in infertile men: effects on semen parameters and pregnancy rate.](#)

Selen und Spermienbildung

Ohne gesunde Spermien ist die Zeugungsfähigkeit eingeschränkt. Selen trägt auf mehreren Ebenen zu einer normalen Spermienbildung bei. Zum einen spielt Selen eine wichtige Rolle bei der Spermienbildung. Zum anderen schützt Selen die Spermien vor oxidativem Stress.

Wenn es mit dem Nachwuchs nicht klappen will

Wenn es trotz großer Begeisterung nicht mit dem Nachwuchs klappen will, kann es am Mann, der Frau oder beiden liegen. Beim Mann liegt der Hauptgrund in der Qualität der Spermien. Diese wird durch oxidativen Stress massiv beeinflusst. Dies liegt daran, dass die Spermien besonders anfällig für oxidativen Stress sind.

Um Zellen vor oxidativem Stress zu schützen, benötigt der Körper unter anderem Selen. Dagegen kann ein Selenmangel den oxidativen Stress erhöhen.

Priorität bei der Selenverteilung

Bei der Selenverteilung im menschlichen Körper gibt es eine Hierarchie. Dort wo die Selenversorgung am wichtigsten ist, wird der Körper immer versuchen, eine ausreichende Selenversorgung sicher zu stellen – konkret heißt das: im Gehirn und in den Hoden.

Ohne Selen geht bei der Spermienproduktion gar nichts. Bei einem Selenmangel leidet die Spermienqualität.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von MALEVITAL biosyn®

Nährstoff	pro Kapsel	Tagesverzehr- menge	NRV*
Selen	50 µg	100 µg	182 %
Coenzym Q10	50 mg	100 mg	n. a.

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)

Zutaten

Palmöl; Rindergelatine; Feuchthaltemittel: Glycerin; Coenzym Q10; Selenhefe*; Wasser; Farbstoff: Calciumcarbonat, Brilliantblau FCF.

* SelenoPrecise®, EP Patent No. 1 478 732 B1

Verzehrempfehlung

Zwei Kapseln täglich mit Flüssigkeit einnehmen.

Packungen

Packung mit 60 Kapseln

Allgemeine Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Bei Raumtemperatur, trocken und lichtgeschützt lagern.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Weitere Informationen

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase®.

Bitte informieren Sie sich auf: www.biosyn.de/produkte/nahrungsergaenzungsmittel

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu MALEVITAL biosyn® zu. Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail: information@biosyn.de (Stichwort: VI MALEVITAL biosyn®),

rufen Sie uns an:
Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH
Stichwort: MALEVITAL biosyn®
Postfach 1246
70702 Fellbach, Deutschland

Weitere Informationen über uns auf [Facebook](#), [YouTube](#), [Twitter](#), [Pinterest](#), [Instagram](#) und feierabend.de

MICROSAN®

macht Müde munter


Warum MICROSAN®?



- Ermüdungserscheinungen nehmen ab
- Muskel- und Herzmuskelfunktion bleiben im Takt
- das Nervensystem funktioniert normal
- die psychischen Funktionen normalisieren sich
- ohne Gluten, Laktose, Hefe und Konservierungsstoffe
- vegan
- gut verträglich




Wie zeigt sich ein Magnesium-Mangel?

 **GEHIRN**
Müdigkeit,
Konzentrationschwäche


 **MUSKELN**
Muskelkrämpfe

 **HERZ**
Funktion

 **Verdauung**

 **GESCHLECHTSORGANE**
Menstruation

 **Kalte Hände**

 **Kalte Füße**



Magnesium – für Muskeln und Gehirn

Ohne Magnesium könnten unzählige Stoffwechselfvorgänge im Organismus nicht ablaufen. Muskeln (Herz- und Skelettmuskeln) und das Nervensystem arbeiten zum Beispiel nur dann normal, wenn ihnen genügend Magnesium zur Verfügung steht. Ferner trägt Magnesium zur normalen psychischen Funktion sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Ein Magnesiummangel kann sich deshalb durch ganz unterschiedliche Beschwerden äußern. Zu den bekanntesten zählen Muskelkrämpfe, etwa in den Waden oder Fußsohlen, und Verspannungen. Aber auch Konzentrationsstörungen, Energiemangel, Ruhelosigkeit, Kopfschmerzen, Menstruationsbeschwerden oder sogar Herzrhythmusstörungen können ein Zeichen für einen Magnesiummangel sein.

Stopp – jeder Akku muss wieder aufgeladen werden

Müdigkeit und Erschöpfung sind heutzutage ein ständiger Begleiter. In der modernen Leistungsgesellschaft wird der Alltag immer schnellleibiger. Kein Tag vergeht ohne unzählige Termine. Die Anforderungen durch Arbeit und Familie mit Kindern oder auch pflegebedürftige Angehörige summieren sich. Ruhephasen für Körper und Geist finden kaum noch Platz.

Die Ernährung kann helfen, diese Belastungen zu meistern. Doch gerade im hektischen Alltag neigen viele Menschen zu kontraproduktiven Verhaltensweisen wie unausgewogene Ernährung und zu wenig Bewegung. Dabei benötigt der Körper gerade jetzt spezifische Mikronährstoffe, damit der innere Akku sich immer wieder aufladen kann.

Wofür braucht man Vitamin C, B₆, B₉ und B₁₂?



Energiestoffwechsel
Vitamin C, B₆, B₁₂



Immunsystem
Vitamin C, B₆, B₉, B₁₂



Zellteilung
Vitamin B₉, B₁₂



Hormone
Vitamin B₆



Aminosäuren
Vitamin B₆



Nervensystem
Vitamin C, B₆, B₁₂



Psyche
Vitamin C, B₆, B₉, B₁₂



Müdigkeit, Ermüdung
Vitamin C, B₆, B₉, B₁₂



Blut
Vitamin B₆, B₉, B₁₂



Vitamin C und B-Vitamine – gegen Müdigkeit, für Energie

Vitamin C, Vitamin B₆ (Pyridoxin), Vitamin B₁₂ (Cobalamin) und Folsäure (Vitamin B₉) tragen dazu bei, Müdigkeit und Ermüdungserscheinungen zu verringern. Auch für die normale Funktion des Nervensystems sind Vitamin C, B₆ und B₁₂ unerlässlich. Gleichzeitig spielen diese Vitamine eine wichtige Rolle im Energiestoffwechsel. Hinzu kommt, dass z. B. Vitamin B₁₂ und Folsäure eng miteinander verknüpft sind.

Folsäuremangel ist mit am häufigsten in Deutschland. Ungefähr 80 % der Männer und Frauen nehmen tagtäglich zu wenig Folsäure zu sich. Bei über 65-jährigen steigt der Anteil auf ca. 90 %. Eine unzureichende Versorgung

mit Vitamin B₁₂ ist vor allem bei Frauen ein Thema. Fast 30 % nehmen zu wenig Vitamin B₁₂ zu sich. Trotz Zitrusfrüchten bleibt auch die Vitamin C-Versorgung weiterhin ein Thema. Bei circa einem Drittel der Männer und Frauen ist die Vitamin C-Aufnahme pro Tag zu niedrig.

Das kann Konsequenzen haben, da der menschliche Körper mit Ausnahme von Vitamin B₁₂ und eingeschränkt Vitamin B₃ (Niacin) B-Vitamine nicht speichern kann. Ein Überschuss wird mit dem Urin ausgeschieden. Daher ist der Mensch auf eine regelmäßige Zufuhr angewiesen.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von MICROSAN®		
Nährstoff	pro Kapsel	NRV*
Magnesium	300 mg	80 %
Vitamin C	50 mg	63 %
Vitamin B ₆	10 mg	714 %
Vitamin B ₁₂	10 µg	400 %
Folsäure (Vitamin B ₉)	400 µg	200 %

*Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)

Gut verträglich

MICROSAN® ist glutenfrei, laktosefrei, hefefrei und für eine vegetarische oder vegane Ernährung geeignet.

1 Kapsel pro Tag genügt

Dank der optimalen Dosierung der Inhaltsstoffe Magnesium und der Vitamine B₆, B₉, B₁₂ und C reicht eine Kapsel pro Tag. Die Dosierung trägt dazu bei, Ermüdungserscheinungen und Müdigkeit z. B. in Belastungssituationen zu verringern.

Verzehrempfehlung

Einmal täglich eine Kapsel einnehmen. Die langfristige Einnahme von MICROSAN® wird empfohlen. Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Aufbewahrung

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Vor Licht, Feuchtigkeit und Hitze geschützt aufbewahren.

Zutaten

Magnesiumoxid, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; L-Ascorbinsäure (Vitamin C), Trennmittel: Talkum; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Pyridoxinhydrochlorid (Vitamin B₆), Maltodextrin, Calcium-L-methylfolat, Säuerungsmittel: Trinatriumcitrat, Citronensäure; Cyanocobalamin (Vitamin B₁₂).

Packungen

Packung mit 30 Kapseln

Weitere Informationen

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase® 200 XXL.

Bitte informieren Sie sich auf: www.biosyn.de/produkte/nahrungsergaenzungsmittel

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu MICROSAN® zu. Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail: information@biosyn.de (Stichwort: VI MICROSAN®),

rufen Sie uns an:
Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH
Stichwort: MICROSAN®
Postfach 1246
70702 Fellbach, Deutschland

myfemella

Die neue Generation von Bakterienkulturen,
kombiniert mit Cranberry, Goldrute und Lactoferrin

Warum myfemella?



- Sporebiotics – die Überlebenskünstler unter den Mikroorganismen
- Botanicals (pflanzliche Inhaltsstoffe) – Cranberry und Goldrute
- Lactoferrin – natürliches Protein, das sich in vielen Körperflüssigkeiten findet
- vegetarisch – laktosefrei – glutenfrei
- ohne Konservierungsstoffe



Durchschnittlicher Nährstoffgehalt		
Nährstoff	lat.	pro Tablette
MY02® (LMG P-31319)	<i>Bacillus subtilis natto</i>	1,25 Mrd. KBE*
ATCC 7050 (LMG 6326)	<i>Bacillus coagulans</i>	1,25 Mrd. KBE*
Cranberry-Extrakt	<i>Vaccinium macrocarpon</i>	500 mg
Goldruten-Extrakt	<i>Solidago virgaurea</i>	6 mg
Lactoferrin	Lactoferrin	100 mg

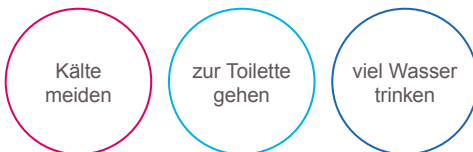
* KBE = Kolonien-bildende Einheiten

Wunderwerk Blase

Wer kennt das nicht – die leicht verdruckste Haltung, kombiniert mit hektischen Blicken. Wo ist die nächste Toilette? Die Harnblase ist ein Wunderwerk der Natur. In der Blase wird der Harn gesammelt. Ab circa 300 Millilitern verspüren wir den Drang, auf Toilette zu gehen.

Oase der Entspannung

Auch unsere Blase lässt sich gerne verwöhnen. Kälte ist nicht ihr Freund. Ewig den Gang zur Toilette zu verzögern, sorgt auch nicht für Begeisterung. Dagegen ist Wasser die beste Freundin, ob zum Waschen oder in großen Mengen zu Trinken.



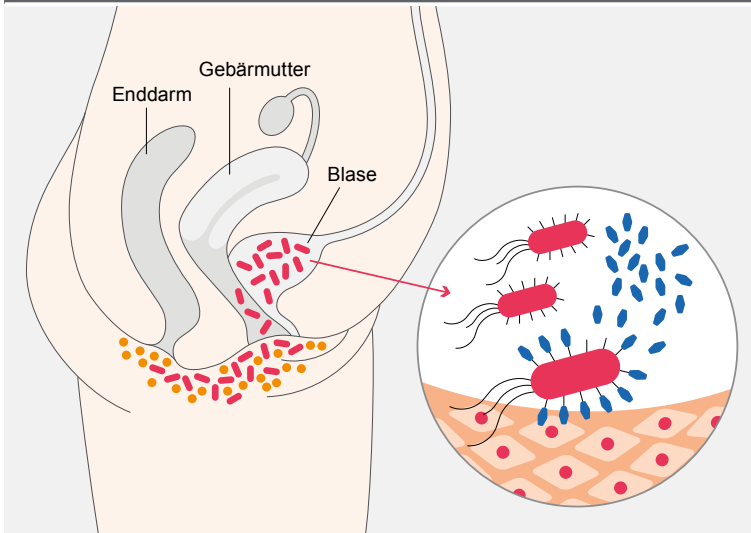
...damit sich die Blase wohlfühlt

Die unliebsame Verwandtschaft

Meist verschwenden wir kaum einen Gedanken an unsere Blase. Das ändert sich schlagartig, wenn es ihr nicht mehr gut geht.

Auch in unsere Blase tummeln sich Unmengen an Mikroorganismen, die u. a. für ein gutes Milieu sorgen. Es können sich aber auch „schlechte“ Mikroorganismen ansiedeln. Die neuen Mitbewohner können sehr anhänglich sein. Wie die unliebsame Verwandtschaft bekommt man sie nur schwer los, und leider kommen sie auch gerne immer wieder.

In unserer Blase tummeln sich Unmengen an Mikroorganismen



My®Sporebiotic®

My®Sporebiotic®, eine Kombination aus Bakterienkulturen und Botanicals, setzt sich aus zwei verschiedenen, sich ergänzenden Sporebiotics zusammen – *Bacillus subtilis* und *Bacillus coagulans*. Im Unterschied zu den weithin bekannten Mikroorganismen wie *Lactobacillus*, *Bifidobacterium* oder *Saccharomyces* besitzen Sporebiotics die Fähigkeit Sporen zu bilden, um sich vor harschen Umweltbedingungen zu schützen. Diese natürliche Schutzhülle der Sporebiotics sorgt für eine hohe Stabilität sowohl gegenüber der Magensäure als auch bei der Haltbarkeit.

Im Gegensatz dazu müssen *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, etc. chemisch beschichtet werden. Trotz der chemischen Beschichtung sind die klassischen Bakterienkulturen häufig empfindlich gegenüber unserer Magensäure.

Lactoferrin

Lactoferrin ist ein in Säugetieren vorkommendes Protein mit einem breiten Spektrum an Aufgaben. Es findet sich in vielen Körperflüssigkeiten der Säugetiere, z. B. in Milch, Tränen,

Speichel, Schweiß, Nasen- und Bronchialsekret. Das Protein ist nur zu einem geringen Teil mit Eisen gesättigt und kann mehr als das Fünffache seiner ursprünglichen Eisenladung binden.

Lactoferrin ist hauptsächlich in den Schleimhäuten enthalten. Von Natur aus kommt Lactoferrin in einer hohen Konzentration im Kolostrum (7g/l) und in der Muttermilch (1–2g/l) vor.

Verzehrempfehlung

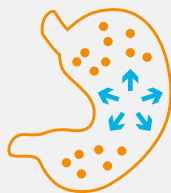
Einmal täglich eine Tablette mit einem großen Glas Wasser einnehmen.

Ab 12 Jahren empfohlen.

Nicht bei vorliegender Milcheiweißallergie verwenden.

Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Sporebiotics – natürliche, hohe Stabilität



Hohe Stabilität gegenüber unserer Magensäure



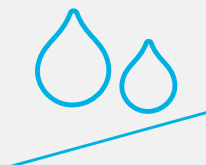
Lange Haltbarkeit



Natürlicher Schutz durch mehrschichtige Sporen-Ummantelung



Sporebiotics



Hohe Stabilität sogar gegenüber Flüssigkeiten

Aufbewahrung

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Vor Licht, Feuchtigkeit und Hitze geschützt aufbewahren.

Zutaten

Cranberry-Extrakt; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Lactoferrin^[1] (Protein aus **Milch**); Füllstoff: Dicalciumphosphat; Trennmittel: Speisefettsäuren; Füllstoff: Gummi arabicum; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Füllstoff: Polydextrose; Farbstoff: Calciumcarbonat; Bacillus coagulans^[2], Bacillus subtilis^[3]; Füllstoff: Siliciumdioxid; Trennmittel; Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Pulver der Goldrute (Solidago virgaurea L.); pflanzliches Öl (Kokos, Palm); Farbstoff: Eisenoxide und Eisenhydroxide, Indigotin.

[1] LFG90 [2] ATCC 7050 [3] LMG P-31319

Packungen

Packung mit 30 Tabletten und 90 Tabletten

Hersteller

MY[®]HEALTH nv/sa
Diestersteenweg 349
3510 Kermt – Belgien



Weitere Informationen

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren myfemella Folder zu.

Bestellung per E-Mail: information@biosyn.de
(Stichwort: VI myfemella)

Rufen Sie uns an:
Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

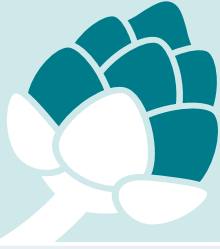
biosyn Arzneimittel GmbH
Stichwort: myfemella
Postfach 1246
70702 Fellbach, Deutschland

Weitere Informationen über uns auf
[Facebook](#), [YouTube](#), [Twitter](#), [Pinterest](#),
[Instagram](#) und [feierabend.de](#)

myflora comfort

Die neue Generation von Bakterienkulturen,
kombiniert mit Artischockenextrakt und Akazienfasern

Warum myflora comfort?



- Sporebiotics – die Überlebenskünstler unter den Mikroorganismen
- Botanicals (pflanzliche Inhaltsstoffe) – Artischockenextrakt und Akazienfasern
- vegan, laktosefrei, glutenfrei
- ohne Konservierungsstoffe



Durchschnittlicher Nährstoffgehalt		
Nährstoff	pro Kapsel	Tageshöchstmenge (2 Kapseln)
MY02® (LMG P-31319) <i>Bacillus subtilis natto</i>	1,25 Mrd. KBE*	2,5 Mrd. KBE*
ATCC 7050 (LMG 6326) <i>Bacillus coagulans</i>	1,25 Mrd. KBE*	2,5 Mrd. KBE*
Artischocken-Extrakt <i>Cynara scolymus</i>	150 mg	300 mg
Akazienfasern (lösliche Ballaststoffe)	20 mg	40 mg

*KBE = Kolonien-bildende Einheiten

Der Darm – ein unverzichtbares Multitalent

Der Darm ist für unsere Verdauung zuständig. Dazu schließt er sich an den Magen an und windet sich etwa fünf bis sieben Meter mit zahlreichen Verschlingungen durch den Bauchraum. Der Darm spielt nicht nur bei der Verdauung eine wichtige Rolle. Er kann mit dem Gehirn direkt kommunizieren und Informationen austauschen.

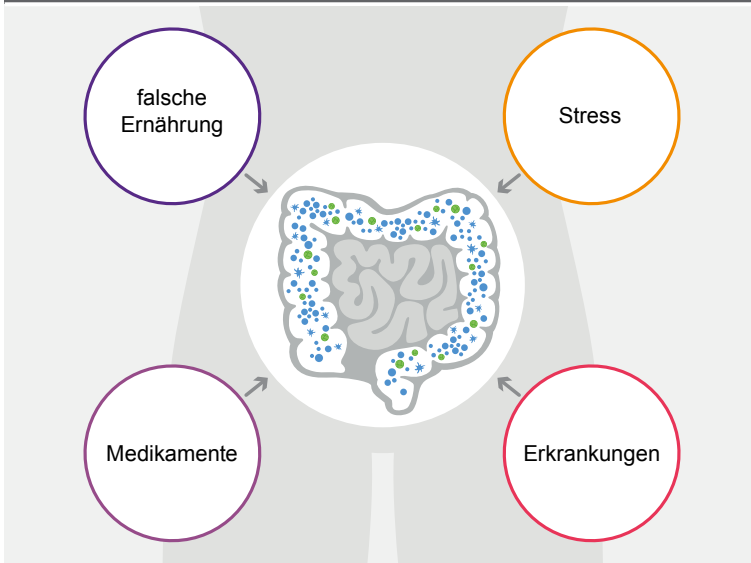
Die Darmflora

Ein gesunder Darm ist wie ein große Blumenwiese. Statt Unmengen an Insekten leben im menschlichen Darm Billionen Mikroorganismen – die Darmflora oder wissenschaftlich das Mikrobiom. Eine intakte Darmflora wirkt wie eine Barriere. Diese kontrolliert, welche Stoffe vom Körper in den Darm gelangen und umgekehrt.

Was schadet unserer Darmflora?

Aber aus jedem Paradies kann eine Wüste werden. So können sich „schlechte“ Mikroorganismen ansiedeln und unsere nützlichen Darmbewohner verdrängen. Die Ursachen sind vielfältig. Dazu gehören falsche Ernährung, Stress oder bestimmte Medikamente. Auch bestimmte Erkrankungen machen aus dem Darm ein Sorgenkind. Probleme mit dem Darm sind gerade in den Industrieländern ein weit verbreitetes Phänomen.

Was schadet unserer Darmflora?



My®Sporebiotic®

My®Sporebiotic®, eine Kombination aus Bakterienkulturen und Botanicals, setzt sich aus zwei verschiedenen, sich ergänzenden Sporebiotics zusammen – *Bacillus subtilis* und *Bacillus coagulans*. Im Unterschied zu den weithin bekannten Mikroorganismen wie *Lactobacillus*, *Bifidobacterium* oder *Saccharomyces* besitzen Sporebiotics die Fähigkeit Sporen zu bilden, um sich vor harschen Umweltbedingungen zu schützen. Diese natürliche Schutzhülle der Sporebiotics sorgt für eine hohe Stabilität sowohl gegenüber der Magensäure als auch bei der Haltbarkeit.

Im Gegensatz dazu müssen *Lactobacillus*, *Bifidobacterium*, etc. chemisch beschichtet werden. Trotz der chemischen Beschichtung sind die klassischen Bakterienkulturen häufig empfindlich gegenüber unserer Magensäure.

Botanicals

Die Artischocke bereichert seit dem Altertum als Kulturpflanze unsere Ernährung. Artischockenextrakt wird aus den Artischockenherzen und den Hüllblättern der Pflanze gewonnen.

Akazienfasern werden aus dem Milchsaft der Akazienbäume gewonnen. Der Milchsaft besteht hauptsächlich aus löslichen Ballaststoffen. Akazienfasern sind ein Produkt der Natur. Die Fasern quellen nicht nach.

Verzehrempfehlung

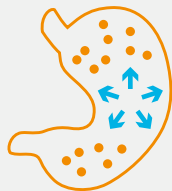
Täglich 1–2 Kapseln einnehmen.

Ab 12 Jahren empfohlen.

Menschen, die auf Artischocke und andere Korbblütler allergisch reagieren, dürfen Artischocken-Extrakte nicht einnehmen. Wer an Gallensteinen oder an einem Verschluss der Gallenwege leidet, sollte auf Artischocke ebenfalls verzichten.

Die empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Sporebiotics – natürliche, hohe Stabilität



Hohe Stabilität
gegenüber unserer
Magensäure



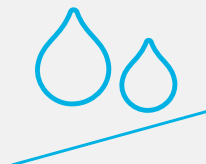
Lange Haltbarkeit



Natürlicher Schutz durch
mehrschichtige
Sporen-Ummantelung



Sporebiotics



Hohe Stabilität
sogar gegenüber
Flüssigkeiten

Aufbewahrung

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Vor Licht, Feuchtigkeit und Hitze geschützt aufbewahren.

Zutaten

Artischockenextrakt; Akazienfasern; Bacillus coagulans*, Bacillus subtilis**; Trennmittel (Magnesiumsalze der Speisefettsäuren, Siliciumdioxid); Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Farbstoff: Chlorophyll

* ATCC 7050 ** LMG P-31319

Packungen

Packung mit 30 Kapseln und 90 Kapseln

Hersteller

MY[®]HEALTH nv/sa
Diestersteenweg 349
3510 Kermt – Belgien



Weitere Informationen

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase[®] 200XXL.

Bitte informieren Sie sich auf: www.biosyn.de/produkte/nahrungsergaenzungsmittel

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren myflora comfort Folder zu.

Bestellung per E-Mail: information@biosyn.de
(Stichwort: VI myflora comfort)

Rufen Sie uns an:
Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH
Stichwort: myflora comfort
Postfach 1246
70702 Fellbach, Deutschland

selenase® 100 XL

Nahrungsergänzungsmittel mit Selen zur Unterstützung des Immunsystems

Tabletten zur Optimierung der Selenversorgung



- vegan
- glutenfrei, laktosefrei, hefefrei
- ohne Konservierungsstoffe

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt

Nährstoff	pro Tablette	NRV*
Selen	100 µg	182 %

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)

Verzehrempfehlung

Eine Tablette pro Tag mit Flüssigkeit einnehmen.

Zutaten

Trennmittel: Monocalciumphosphat; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Natriumselenit-Pentahydrat.

Packungen

Packung mit 90 Tabletten

Weitere Informationen

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Bei Raumtemperatur lagern.



Mögliche Auswirkungen eines Selenmangels auf Mutter und Kind



Frühgeburt



Kognitive Entwicklung



Motorische Entwicklung



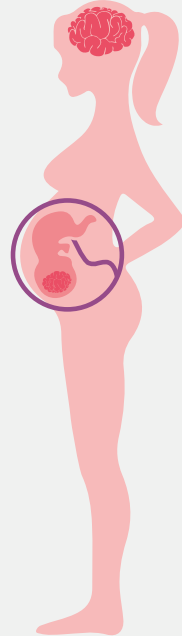
Postpartale Depressionen



Postpartale
Schilddrüsen-Unterfunktion



Präeklampsie



Wie passt sich der Körper einer Schwangerschaft an?

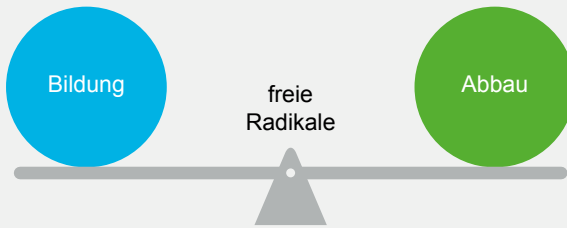
Oxidativer Stress spielt in der Schwangerschaft eine wichtige Rolle. Zu Beginn ist der Sauerstoffgehalt in der Plazenta sehr niedrig, um die Entwicklung des Kindes und die Versorgung zu unterstützen. Später erhöht sich der Sauerstoffgehalt in einer gesunden Plazenta deutlich. Diese Änderung ist für die weitere Entwicklung des Kindes vorteilhaft. Ein erhöhter Sauerstoffgehalt führt aber auch zu einem Anstieg von freien Radikalen. Allerdings ist der Fötus sehr anfällig für oxidativen Stress. Daher wird gleichzeitig auch der Level an Antioxidantien erhöht, um das Gleichgewicht zu erhalten.

Was macht oxidativer Stress?

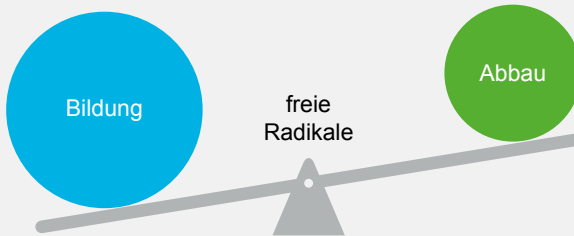
Oxidativer Stress hat zwei Gesichter. Auf der einen Seite wird oxidativer Stress für das Funktionieren zellulärer Aufgaben benötigt. Dazu gehört zum Beispiel die Immunantwort. Auf der anderen Seite richtet ein Übermaß an oxidativem Stress schnell Schäden an. Daher ist ein Gleichgewicht unerlässlich.

Entstehung von oxidativem Stress

Physiologische Balance



Oxidativer Stress



Wie trägt Selen zum Schutz vor oxidativem Stress bei?

Selen ist als Bestandteil von Selenproteinen ein wichtiger Bestandteil der Schutzmechanismen im Körper gegen oxidativen Stress. Ein Großteil der Selenproteine sind Antioxidantien, wobei das wichtigste antioxidative Selenprotein in jeder einzelnen Zelle zu finden ist. Dieses Protein baut unter anderem das Zellgift Wasserstoffperoxid zu Wasser ab. Bei einer unzureichenden Selenversorgung ist die antioxidative Funktion der Selenproteine stark eingeschränkt. Dies kann negative Auswirkungen auf Mutter und Kind haben.

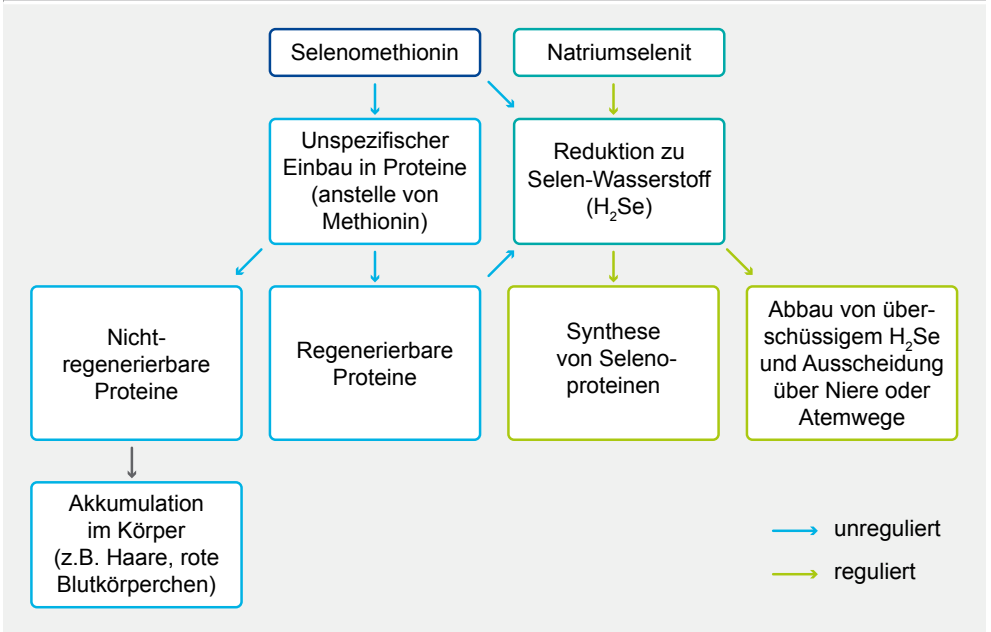
Ist Selen gleich Selen?

Selen gibt es in verschiedenen Formen, die vom menschlichen Körper unterschiedlich verwendet werden. Die in der Nahrung häufigste

Selenform ist Selenomethionin. Dagegen hat die anorganische Selenform Natriumselenit Vorteile als Ergänzung zur Ernährung. Natriumselenit wird vom Körper durch passive Diffusion aufgenommen und schnell in Selenproteine umgewandelt. Der Körper kann es außerdem problemlos über den Urin ausscheiden.

Die Bioverfügbarkeit von Selenomethionin ist zwar höher als die von Natriumselenit, aber die Verwertung ist wesentlich komplizierter. Selenomethionin wird vom Körper nicht als Selenform erkannt, sondern mit der Aminosäure Methionin verwechselt. Das führt dazu, dass Selenomethionin unspezifisch und unreguliert in schwefelhaltige Proteine eingebaut wird. Zum einen steht dieses Selen nur in Teilen und nur über Umwege Selenproteinen zur Verfügung. Zum anderen kann dies zu einer Anreicherung im Körper führen.

Zwei Formen von Selen: Selenomethionin und Natriumselenit



Wann bin ich ausreichend mit Selen versorgt?

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) definiert alle Werte unter 80 µg/l Selen im Serum bzw. unter 100 µg/l Selen im Vollblut als Selenmangel. Der Referenzbereich für Selen geht im Serum von 80–120 µg/l und im Vollblut von 100–140 µg/l.

Wie bestimme ich meinen Selenstatus?

Den Selenstatus misst man am besten im Rahmen einer Blutuntersuchung bei seinem Arzt, vorzugsweise im Vollblut, da dieser Wert die Langzeitversorgung angibt.

Der Serumwert spiegelt lediglich die momentane Versorgung mit Selen wider. So kann es vorkommen, dass der Serumwert bereits einen normalen Selenstatus signalisiert, während im Vollblut noch ein Selenmangel nachzuweisen ist.

biosyn-ServiceLabor

Das biosyn-ServiceLabor bietet eine Bestimmung von Selen im Vollblut mit modernen Methoden wie Atomabsorptionsspektroskopie oder Photometrie an. Durch die regelmäßige Teilnahme an offiziellen Ringversuchen wird die Richtigkeit der Ergebnisse gewährleistet. Zusammen mit den Messwerten erhalten Sie eine Beurteilung der Ergebnisse sowie einen Vergleich mit den vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) festgelegten Referenzwerten.

Alle Informationen finden Sie unter <http://biosyn.de/service/servicelabor/>. Über den Link „Analysenanforderung“ können Sie sich das vollständige Formular ausdrucken. Anderenfalls können Sie das Formular sowie benötigtes Versandmaterial telefonisch (0711/575 32-00) oder per E-Mail (information@biosyn.de) bestellen.

selenase® 200 XXL

Nahrungsergänzungsmittel mit Selen
zur Unterstützung der Schilddrüsenfunktion

Tabletten zur Optimierung
der Selenversorgung



- teilbar
- vegan
- glutenfrei, laktosefrei, hefefrei
- ohne Konservierungsstoffe

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt

Nährstoff	pro Tablette	NRV*
Selen	200 µg	364 %

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)

Verzehrempfehlung

Eine Tablette pro Tag mit Flüssigkeit einnehmen.

Zutaten

Trennmittel: Monocalciumphosphat; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Natriumselenit-Pentahydrat.

Packungen

Packung mit 90 Tabletten

Weitere Informationen

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden. Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Bei Raumtemperatur lagern.



Welche Aufgaben hat die Schilddrüse?



Schilddrüsenhormone regulieren das Wachstum von Neugeborenen und die Entwicklung von Zellen, insbesondere des zentralen Nervensystems. Aber auch bei ausgewachsenen Menschen wirken sie im Nervensystem und führen sie zu einer verstärkten Erregbarkeit der Zellen. Insgesamt wird durch die Wirkung der Schilddrüsenhormone der Energieverbrauch und der Grundumsatz des Organismus erhöht.



Schilddrüsenhormone wirken auf das Herz und den Kreislauf. Sie führen zu einer Erhöhung der Herzfrequenz, des Blutdrucks und der Erweiterung von Gefäßen.



Die Schilddrüsenhormone erhöhen den Eiweißverbrauch der Muskeln. Außerdem erhöhen sie die Energiegewinnung der Muskeln und die Anspannungs- und Entspannungsgeschwindigkeit.



Die Schilddrüsenhormone steigern die Aktivität der Darmmotorik. Sie wirken auf den Zucker-, Fett- und Bindegewebsstoffwechsel, indem sie deren Umsatz erhöhen.



Der Erhalt der Knochensubstanz ist der guten Funktion einer gesunden Schilddrüse zu verdanken, da sie die knochenaufbauenden Zellen beeinflusst.



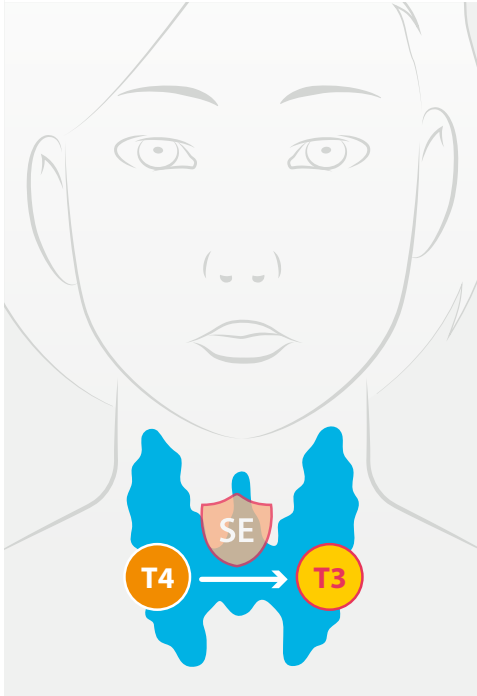
Die Schilddrüse wirkt positiv auf das Wachstum von Haut, Haaren und Nägeln.



Die Hormone der Schilddrüse steigern die Aktivität von Schweiß- und Talgdrüsen der Haut.



Selen trägt zur normalen Funktion der Schilddrüse bei



Schutz

Selenabhängige Enzyme schützen das Schilddrüsengewebe vor oxidativer Schädigung.

Umwandlung

Selen wird für die Umwandlung des inaktiven Hormons Thyroxin (T4) in das aktive Hormon T3 benötigt.

Warum benötigt die Schilddrüse Selen?

Die Schilddrüse ist das selenreichste Organ des Körpers und reagiert daher besonders empfindlich auf eine unzureichende Selenversorgung. Ebenso wie Jod ist Selen essenziell für die Schilddrüse. Die von der Schilddrüse produzierten Hormone beeinflussen die gesamte körperliche Entwicklung. Sie steuern z. B. den Energie- und Knochenstoffwechsel, die Verdauungsfunktion, Herz- und Kreislauf-funktionen und die psychische Verfassung.

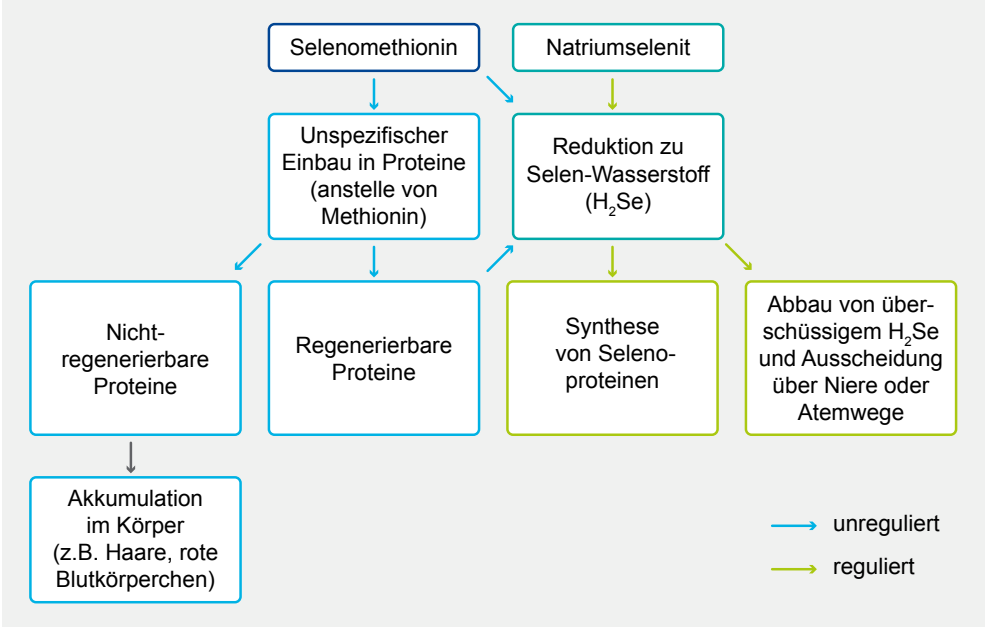
Selen wird in sogenannte Selenproteine eingebaut. Zwei dieser Selenproteine sind für die Schilddrüse unverzichtbar. Zum einen ist ein Selenprotein notwendig, um das aktive Schilddrüsenhormon (T3) aus der inaktiven Form Thyroxin (T4) zu bilden. Bei der Bildung der Schilddrüsenhormone entsteht Wasserstoffperoxid, ein Zellgift. Wird Wasserstoffperoxid nicht schnell wieder abgebaut, wird das Schilddrüsen-gewebe geschädigt. Für den Abbau von Wasserstoffperoxid ist ein weiteres Selenprotein zuständig.

Ist Selen gleich Selen?

Selen gibt es in verschiedenen Formen, die vom menschlichen Körper unterschiedlich verwendet werden. Die in der Nahrung häufigste Selenform ist Selenomethionin. Dagegen hat die anorganische Selenform Natriumselenit Vorteile als Ergänzung zur Ernährung. Natriumselenit wird vom Körper durch passive Diffusion aufgenommen und schnell in Selenproteine umgewandelt. Der Körper kann es außerdem problemlos über den Urin ausscheiden.

Die Bioverfügbarkeit von Selenomethionin ist zwar höher als die von Natriumselenit, aber die Verwertung ist wesentlich komplizierter. Selenomethionin wird vom Körper nicht als Selenform erkannt, sondern mit der Aminosäure Methionin verwechselt. Das führt dazu, dass Selenomethionin unspezifisch und unreguliert in schwefelhaltige Proteine eingebaut wird. Zum einen steht dieses Selen nur in Teilen und nur über Umwege Selenproteinen zur Verfügung. Zum anderen kann dies zu einer Anreicherung im Körper führen.

Zwei Formen von Selen: Selenomethionin und Natriumselenit



Wann bin ich ausreichend mit Selen versorgt?

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) definiert alle Werte unter 80 µg/l Selen im Serum bzw. unter 100 µg/l Selen im Vollblut als Selenmangel. Der Referenzbereich für Selen geht im Serum von 80–120 µg/l und im Vollblut von 100–140 µg/l.

Wie bestimme ich meinen Selenstatus?

Den Selenstatus misst man am besten im Rahmen einer Blutuntersuchung bei seinem Arzt, vorzugsweise im Vollblut, da dieser Wert die Langzeitversorgung angibt.

Der Serumwert spiegelt lediglich die momentane Versorgung mit Selen wider. So kann es vorkommen, dass der Serumwert bereits einen normalen Selenstatus signalisiert, während im Vollblut noch ein Selenmangel nachzuweisen ist.

biosyn-ServiceLabor

Das biosyn-ServiceLabor bietet eine Bestimmung von Selen im Vollblut mit modernen Methoden wie Atomabsorptionsspektroskopie oder Photometrie an. Durch die regelmäßige Teilnahme an offiziellen Ringversuchen wird die Richtigkeit der Ergebnisse gewährleistet. Zusammen mit den Messwerten erhalten Sie eine Beurteilung der Ergebnisse sowie einen Vergleich mit den vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) festgelegten Referenzwerten.

Alle Informationen finden Sie unter <http://biosyn.de/service/servicelabor/>. Über den Link „Analysenanforderung“ können Sie sich das vollständige Formular ausdrucken. Anderenfalls können Sie das Formular sowie benötigtes Versandmaterial telefonisch (0711/575 32-00) oder per E-Mail (information@biosyn.de) bestellen.

SELENMINERASE®

Nahrungsergänzungsmittel mit organischem Selen
für gesunde Haare und Nägel

Warum SELENMINERASE®?



- Selen trägt zum Erhalt normaler Haare und Nägel bei
- glutenfrei
- laktosefrei
- ohne Konservierungsstoffe

Verzehrempfehlung

Ein Dragee pro Tag mit Flüssigkeit einnehmen.

Allgemeine Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Eine gesunde Lebensweise und eine ausgewogene und vielfältige Ernährung sind zudem empfehlenswert.



Bestandteile gesunder Ernährung



- Getränke
- Getreide
- Gemüse und Salat
- Obst
- Milch und Milchprodukte
- Fleisch, Fisch und Eier
- Fette und Öle

Gesunde Ernährung contra ausreichende Selenversorgung

Wer sich gesund ernährt führt dem Körper alle nötigen Mineralstoffe zu, die er braucht. Das ist unsere Grundüberzeugung. Es zeigt sich jedoch, dass dies nicht immer der Fall ist. Laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) sieht eine gesunde Ernährung so aus (siehe Grafik).

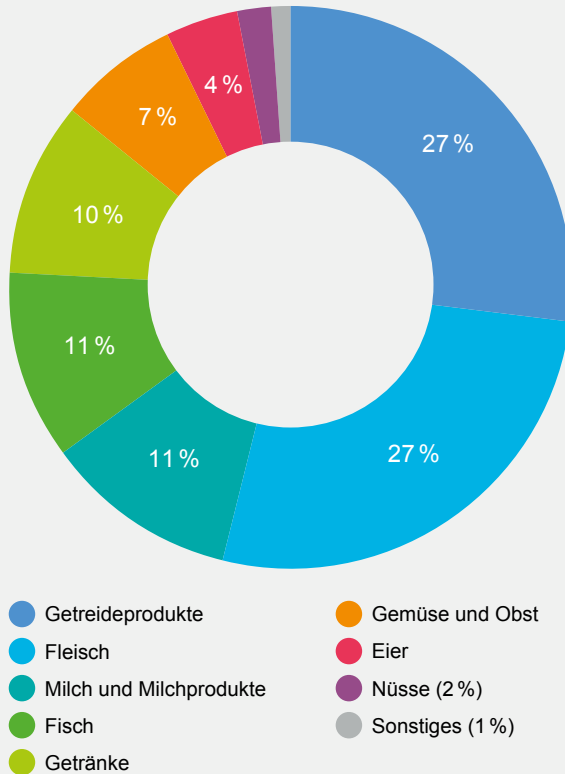
Die Selenaufnahme erfolgt zu 75% über Fleisch-, Getreide-, Milchprodukte und Fisch. Der Anteil von Gemüse und Obst an der Selenaufnahme liegt gerade einmal bei 7%.

Der Vergleich mit der Vorgabe der DGE für eine gesunde Ernährung mit der Verteilung einer Selen-reichen Ernährung widerspricht sich. Überspitzt lässt sich sagen: „Umso ungesünder die Ernährung, desto höher ist die Selenaufnahme.“

Wie viel Selen benötigt ein Erwachsener?

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt für Jugendliche und Erwachsene eine Aufnahme von 70 Mikrogramm Selen pro Tag. Männer nehmen mit der Nahrung im Durchschnitt lediglich 42 Mikrogramm und Frauen 30 Mikrogramm Selen zu sich.

Selenaufnahme



Selenmangel: wer ist besonders gefährdet?

Fast 40% des Selenbedarfs wird durch Fleisch und Fisch gedeckt. Daher ist eine suboptimale Selenversorgung bei Vegetariern ein häufiges, aber fast nie thematisiertes Problem. Weitere 15% des täglichen Selenbedarfs werden mit Milch, Milchprodukten und Eiern gedeckt. Veganer müssen also mehr als die Hälfte der Selenquellen kompensieren. Mehr als ein Viertel des täglichen Selens wird mit Getreideprodukten aufgenommen. Wer an Glutensensitivität bzw. Glutenunverträglichkeit (Zöliakie) leidet, sollte deshalb auch auf seinen Selenstatus achten.

Wie bestimme ich meinen Selenstatus?

Den Selenstatus misst man am besten im Rahmen einer Blutuntersuchung bei seinem Arzt, vorzugsweise im Vollblut, da dieser Wert die Langzeitversorgung angibt. Der Serumwert spiegelt lediglich die momentane Versorgung mit Selen wider. So kann es vorkommen, dass der Serumwert bereits einen normalen Selenstatus signalisiert, während im Vollblut noch ein Selenmangel nachzuweisen ist. Bei einer langfristigen Einnahme von SELENMINERASE® ist eine regelmäßige Selenbestimmung zu empfehlen.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von SELENMINERASE®		
Nährstoff	pro Dragee	NRV*
Selen	100 µg	182%

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)

Wann liegt ein Selenmangel vor?

Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) definiert alle Werte unter 80 µg/l Selen im Serum bzw. unter 100 µg/l Selen im Vollblut als Selenmangel. Der Referenzbereich für Selen geht im Serum von 80–120 µg/l und im Vollblut von 100–140 µg/l.

Zutaten

Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Trennmittel: Dicalciumphosphat; Selenhefe*; Trennmittel: Siliciumdioxid; Überzugmittel: Hydroxypropylmethylcellulose; Trennmittel: Talkum, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Farbstoff: Titandioxid.

* SelenoPrecise®, EP Patent No. 1478732B1

Packungen

Packung mit 60 Dragees

biosyn-ServiceLabor

Das biosyn-ServiceLabor bietet eine Bestimmung von Selen im Vollblut mit modernen Methoden wie Atomabsorptionsspektroskopie oder Photometrie an. Durch die regelmäßige Teilnahme an offiziellen Ringversuchen wird die Richtigkeit der Ergebnisse gewährleistet.

Zusammen mit den Messwerten erhalten Sie eine Beurteilung der Ergebnisse sowie einen Vergleich mit den vom Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) festgelegten Referenzwerten.

Alle Informationen finden Sie unter <http://biosyn.de/service/serviceLabor/>. Über den Link „Analysenanforderung“ können Sie sich das vollständige Formular ausdrucken. Anderenfalls können Sie das Formular sowie benötigtes Versandmaterial telefonisch (0711/575 32-00) oder per E-Mail (information@biosyn.de) bestellen.

Weitere Informationen

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu SELENMINERASE® zu. Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail: information@biosyn.de (Stichwort: VI SELENMINERASE®),

rufen Sie uns an:
Tel. +49 (0) 711 575 32-00

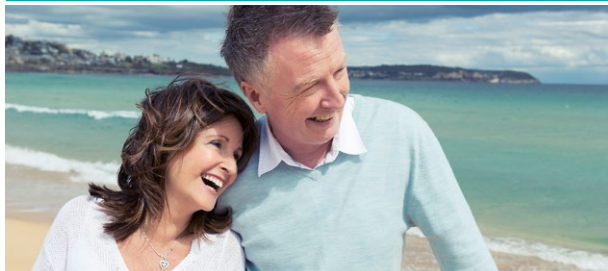
oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH
Stichwort: SELENMINERASE®
Postfach 1246
70702 Fellbach, Deutschland

THYMO-GLANDURETTEN

Konzentration auf das Wesentliche

Nahrungsergänzungsmittel mit Thymusextrakt



- wichtiger Bestandteil des Immunsystems: Thymus
- gut verträglich
- glutenfrei und laktosefrei
- hefefrei
- 3 Tabletten am Tag
- ohne Konservierungsstoffe



Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von THYMO-GLANDURETTEN

Nährstoffe	pro Tablette	Tagesverzehrmenge (3 Tabletten)
Thymusextrakt	200 mg	600 mg
davon Peptide	166 mg	498 mg

Zutaten

Thymusextrakt-Pulver vom Kalb (40 %); Calciumhydrogenphosphat; Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Rapsöl (gehärtet); Überzugsmittel: Schellack; Trennmittel: Magnesiumsalze der Speisefettsäuren; Farbstoff: Titandioxid; Trennmittel: Siliciumdioxid, Talkum; natives Olivenöl extra.

Verzehrempfehlung

Dreimal täglich eine Tablette unzerkaut einnehmen.

THYMO-GLANDURETTEN können langfristig eingenommen werden. Es hat sich als sinnvoll erwiesen, von Zeit zu Zeit Pausen einzulegen (z. B. vier Wochen Pause nach drei Monaten Einnahme).

THYMO-GLANDURETTEN

enthalten hochwertigen Thymusextrakt

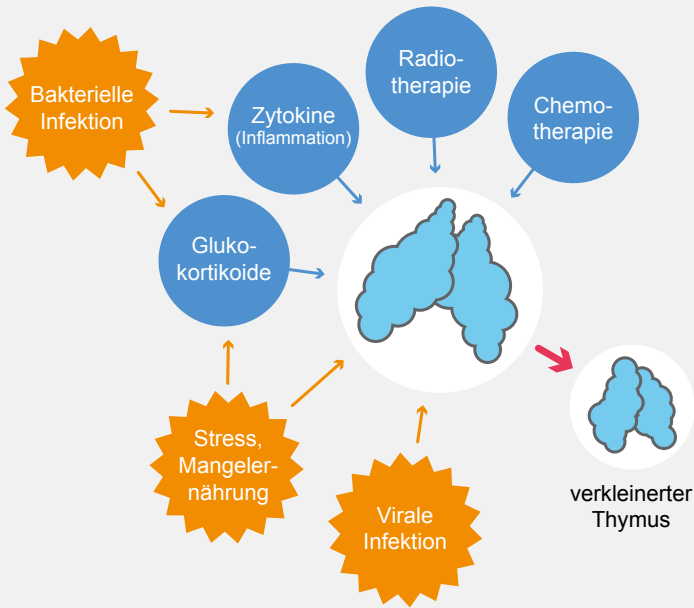
Für die Herstellung des Thymusextrakts werden nur Drüsen von Kälbern verwendet, die aus mindestens 4 Jahre BSE-freien deutschen Beständen stammen und jünger als sechs Monate alt sind. Das Alter der Kälber spielt eine große Rolle, da sich die Menge an aktiven Thymuspeptiden ab 6 Monaten deutlich verringert.

Optimaler Schutz der Thymuspeptide

Thymuspeptide sind empfindlich z. B. gegenüber Magensäure. Daher ist es wichtig, die Thymuspeptide zu schützen.

THYMO-GLANDURETTEN sind so hergestellt, dass der Inhalt der Tablette magensaftresistent und dünndarmlöslich ist. Es ist daher wichtig, THYMO-GLANDURETTEN unzerkaut einzunehmen, um den Schutz nicht zu zerstören.

Stress-bedingte Rückbildung des Thymus



Gruver AL, Sempowski GD. J Leukoc Biol. 2008 Oct; 84(4): 915-23.
[Cytokines, leptin, and stress-induced thymic atrophy.](#)

Thymus und Immunsystem

Der Thymus liegt hinter dem Brustbein und nimmt eine zentrale Stellung in unserem Immunsystem ein. Im Thymus reifen spezielle Zellen unserer Körperabwehr heran, die hier zwischen „Selbst“ und „Fremd“ zu unterscheiden lernen. Diese „Schulung“ und „Prägung“ der Immunzellen ist eine notwendige Voraussetzung für ein funktionierendes Immunsystem. Aus diesem Grund wird die Thymusdrüse auch gerne als „Schule der Immunabwehr“ bezeichnet. Um dieser Aufgabe nachkommen zu können, produziert der Thymus eine ganze Reihe von Eiweißstoffen, die Thymuspeptide.

Thymus, Alter und Stress

Zwei Faktoren beeinflussen die Funktion des Thymus: Alter und Stress. Der Thymus bildet sich im Lauf des Lebens zurück, und damit lässt auch die Produktion an Thymuspeptiden nach. Je älter wir werden, desto schlechter kann daher unser Immunsystem auf neue Herausforderungen reagieren.

Die durch Stress hervorgerufene Rückbildung des Thymus kommt zu der altersbedingten „Thymusinvolution“ hinzu. Der Begriff „Stress“ schließt dabei sowohl die körperliche Verfassung als auch Infektionen oder Therapien ein.

Bitte beachten

THYMO-GLANDURETTEN sollten nicht mit hochdosierten magensaftresistenten, dünn-darmwirksamen Enzympräparaten (proteolytische Enzyme) gleichzeitig eingenommen werden. Eine Zerstörung des Thymusextrakts kann dabei nicht ausgeschlossen werden.

Bei bekannten Eiweißallergien sollten THYMO-GLANDURETTEN nicht angewendet werden.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Von einer Anwendung während Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Kindern unter zwölf Jahren wird abgeraten.

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Vor Wärme und Sonneneinstrahlung schützen.

Packungen

Packung mit 90 Tabletten (Inhalt: 45g)

Weitere Informationen

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase®.

Bitte informieren Sie sich auf: www.biosyn.de/produkte/nahrungsergaenzungsmittel

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu THYMO-GLANDURETTEN zu.

Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail:

information@biosyn.de

(Stichwort: VI THYMO-GLANDURETTEN),

rufen Sie uns an:

Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH

Stichwort: THYMO-GLANDURETTEN

Postfach 1246

70702 Fellbach, Deutschland

Weitere Informationen über uns auf

[Facebook](#), [YouTube](#), [Twitter](#), [Pinterest](#), [Instagram](#) und feierabend.de

THYMVITAL®

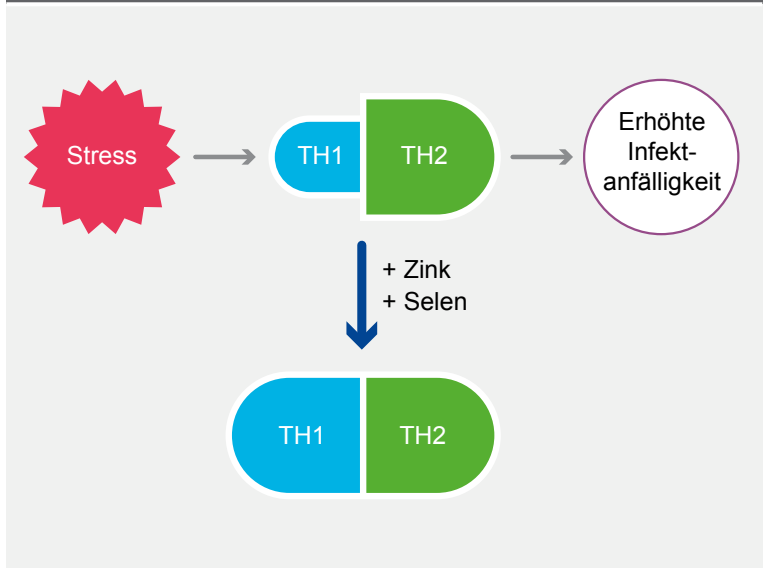
Nahrungsergänzungsmittel mit Zink, Selen und Thymusextrakt

Warum THYMVITAL®?



- Zink und Selen: tragen zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei
- Zink und Selen: tragen zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- Zink: trägt zu einer normalen kognitiven Funktion bei
- Thymus: wichtiges Organ des Immunsystems





Zink und Selen – leider häufig im Defizit

Ein Zinkdefizit äußert sich oft nur durch recht unspezifische Symptome: beispielsweise Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, abnehmende Leistungsfähigkeit, depressive Stimmung oder Infektanfälligkeit. Häufig treten Wundheilungsstörungen und Hautveränderungen auf, wie Akne, Ekzeme oder Schuppenbildung. Durch hormonelle Veränderungen können das sexuelle Interesse und die Zeugungsfähigkeit zurückgehen.

Bemerkbar macht sich eine Unterversorgung mit Selen – ähnlich wie bei Zink – in den meisten Fällen durch wenig charakteristische Symptome. Mögliche Anzeichen sind beispielsweise Müdigkeit, Haarausfall, schuppige Haut, Leberfunktionsstörungen, Muskelschwäche oder eine verringerte Spermaqualität. Die Funktion der Schilddrüse und des Immunsystems werden eingeschränkt.

Zink und Selen erhalten u. a. die Balance des Immunsystems

Stress verschiebt die TH1/TH2-Balance des Immunsystems in Richtung TH2. Dadurch wird die zelluläre Immunantwort geschwächt, welche für die Abwehr von Bakterien und Viren wichtig ist. Dagegen kann ein Ungleichgewicht zu Gunsten von TH2-Helferzellen unter anderem Allergien begünstigen.

Sowohl ein Zink- als auch ein Selendefizit haben denselben Effekt auf die TH1/TH2-Balance. Es kann zu einem massiven Ungleichgewicht zwischen TH1- und TH2-Helferzellen kommen. Selen in Form von Natriumselenit fördert die TH1-Helferzellen. Auch kann sich das Gleichgewicht von TH2 wieder in Richtung TH1 verschieben.

Zusammengefasst kann mit einer Zink- und Selensupplementierung das Ungleichgewicht der TH1/TH2-Balance ausgeglichen und damit die Funktion des Immunsystems unterstützt werden.



Zink – stark für's Gehirn

Zink spielt im Gehirnstoffwechsel eine entscheidende Rolle: Kein anderes Spurenelement findet sich im Gehirn in einer derart hohen Konzentration. Zink reguliert die Signalübertragung an den Synapsen. Zink ist wichtig für die kognitiven Funktionen und für die intellektuelle Leistungsfähigkeit des Gehirns.

Die Thymusdrüse: Booster für das Immunsystem

Beim Menschen sitzt die Thymusdrüse direkt hinter dem Brustbein oberhalb des Herzens. In der Pubertät erreicht sie mit einem Gewicht von etwa 40 Gramm ihre maximale Größe. Mit zunehmendem Alter schrumpft das Organ wieder. Dieser Vorgang wird Involution genannt. Die Folge des Alterungsprozesses: Die Thymusdrüse produziert immer weniger Thymuspeptide und immer weniger neue T-Zellen. Das ist einer der Gründe, warum unsere Abwehrkräfte im Alter oft schwächer werden. Stress, einseitige Ernährung, Krankheiten und bestimmte Medikamente können den natürlichen Funktionsverlust der Thymusdrüse noch verstärken.

Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von THYMVITAL®		
Nährstoff	pro Kapsel	NRV*
Zink	5 mg	50 %
Selen	100 µg	182 %
Thymusextrakt (davon Peptide)	300 mg (249 mg)	

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)

Zutaten

Thymusextrakt-Pulver vom Kalb (50%); Füllstoff: mikrokristalline Cellulose; Überzugsmittel: Schellack; Rindergelatine (Kapselhülle); Zinkgluconat; Farbstoffe: E 171, E 555; Natriumselenit-Pentahydrat.

Verzehrempfehlung

1 Kapsel pro Tag ca. 30 Minuten vor einer Mahlzeit mit etwas Flüssigkeit einnehmen.

THYMVITAL®-Kapseln sind magensaftresistent und dünn darm löslich. Sie sollten nicht gleichzeitig mit hochdosierten, magensaftresistenten, dünn darm wirksamen Enzympräparaten (proteolytischen Enzymen) eingenommen werden, da der Thymusextrakt sonst möglicherweise zerstört werden kann.

Es hat sich als sinnvoll erwiesen, z.B. nach einer dreimonatigen Einnahme von THYMVITAL® vier Wochen Pause einzulegen.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Von einer Anwendung während der Schwangerschaft und Stillzeit sowie bei Kindern unter zwölf Jahren wird abgeraten.

Aufbewahrung

Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Vor Wärme und Sonneneinstrahlung schützen.

Packungen

Packung mit 30 Kapseln (Inhalt: 21 g)

Weitere Informationen

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase®.

Bitte informieren Sie sich auf: www.biosyn.de/produkte/nahrungsergaenzungsmittel

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu THYMVITAL® zu. Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail: information@biosyn.de (Stichwort: VI THYMVITAL®),

rufen Sie uns an:
Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH
Stichwort: THYMVITAL®
Postfach 1246
70702 Fellbach, Deutschland

Vit D₃ biosyn[®]

Nahrungsergänzungsmittel mit Vitamin D₃ für ein normal funktionierendes Immunsystem und eine funktionierende Zellteilung

Warum Vit D₃ biosyn[®]?



- 1 Tropfen pro Tag genügt
- leicht dosierbar, einfache Dosisanpassung
- gut verträglich

1 Tropfen pro Tag genügt

Ein Tropfen Vit D₃ biosyn[®] enthält 25 µg oder 1.000 I.E. Vitamin D₃. Damit ist mehr als der komplette Bedarf eines Tages mit nur einem Tropfen gedeckt.

Leicht dosierbar, einfache Dosisanpassung

Eine spezielle Tropfflasche sorgt für eine problemlose und genaue Dosierung. Bei Bedarf kann die Dosis leicht durch Änderung der Tropfenanzahl angepasst werden. Das ist zum Beispiel bei einer wöchentlichen statt täglichen Einnahme sinnvoll.

Der menschliche Körper kann Vitamin D₃ gut speichern. Daher ist auch eine wöchentliche oder monatliche Einnahme möglich.

Gut verträglich

Vit D₃ biosyn[®] ist ohne Verwendung von Milchsücker, Gluten, Gelatine, Hefe und Konservierungsmitteln hergestellt. Vit D₃ biosyn[®] enthält keine allergieauslösenden Inhaltsstoffe.



Vitamin D₃

Vitamin D₃ wird nur zu 10–20% über die Nahrung zugeführt. 80–90% des Vitamin D₃ bildet der Körper mit Hilfe des Sonnenlichts selbst. Vitamin D₃ kommt nur begrenzt in Lebensmitteln vor. Am höchsten ist die Konzentration in fetten Fischarten, zum Beispiel Lachs oder Hering. Auch Lebertran enthält Vitamin D₃.

Vitamin-D₃-Mangel bei älteren Menschen

Bei älteren Menschen kann es zu einem Vitamin-D₃-Mangel kommen, da die Vitamin-D₃-Bildung mit den Jahren abnimmt.

Überdosierung mit Vitamin D₃ unwahrscheinlich

Eine Überdosierung mit Vitamin D₃ ist nicht zu befürchten, da die aktive Form in der Niere nach Bedarf hergestellt wird und der Rest der inaktiven Form ausgeschieden wird.

Vitamin-D₃-Mangel oder Hautkrebs?

Eine Erhöhung der Vitamin-D₃-Bildung durch ausgedehnte Sonnenbäder ist nur in eingeschränktem Maße zu empfehlen, da ein Sonnenbrand wegen der Hautkrebsgefahr zu vermeiden ist. Die Verwendung von Sonnencreme hat den Nebeneffekt, dass nur wenig Vitamin D₃ gebildet wird, da Sonnencremes auch UVB-Strahlen abblocken. Ein Sonnenschutzfaktor von 15 absorbiert 99% der UVB-Strahlung und reduziert daher auch die Vitamin-D₃-Synthese der Haut um 99%. Daher kann eine Supplementierung mit Vitamin D₃ sinnvoll sein.

Welche Aufgaben hat Vitamin D₃ im Körper?

Herz-Kreislauf-System:

- Wirkungen auf die Blutgefäßmuskeln und auf den Calciumspiegel im Blut

Trägt zu normaler Funktion des Immunsystems bei:

- Induziert die Differenzierung von Immunzellen
- Reduziert die Ausschüttung von proinflammatorischen Zytokinen
- Reguliert Autoimmunprozesse

Darm:

- Unterstützt die Absorption von Calcium und Phosphat

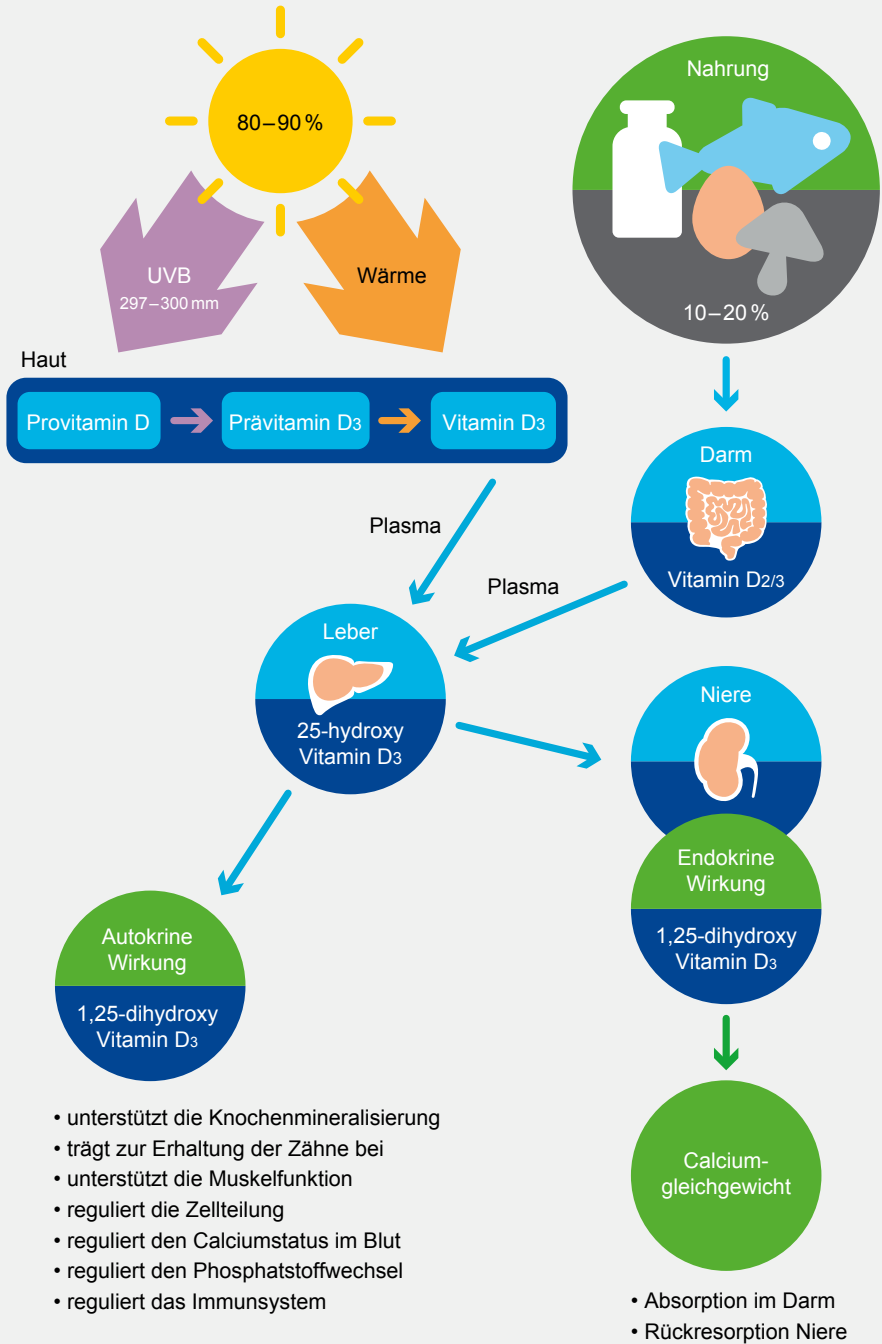
Muskulatur:

- Verbessert die Fähigkeit der Muskelfasern, sich zusammenzuziehen

Knochen:

- Unterstützt die Knochenmineralisierung

Synthese und Aufgaben von Vitamin D₃



Durchschnittlicher Nährstoffgehalt von Vit D₃biosyn®

Inhalt	1 Tropfen	% NRV*	% DGE**
Vitamin D ₃	1.000 I.E. = 25 µg	500 %	125 %

* Referenzmengen für die tägliche Zufuhr von Vitaminen und Mineralstoffen – Nährstoffbezugswerte (NRV = nutrient reference values)
 ** von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) werden 20 µg Vitamin D pro Tag bei fehlender endogener Synthese empfohlen
 I.E. = Internationale Einheiten

Zutaten

Pflanzliches Öl (Palm, Kokos), Cholecalciferol (Vitamin D₃).

Verzehrempfehlung

Täglich einen Tropfen einnehmen. Damit ist mehr als der komplette Bedarf an Vitamin D₃ eines Tages gedeckt.

Hinweis

Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung verwendet werden.

Eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise sind von großer Bedeutung.

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden.

Aufbewahrung

Nicht über 25 °C, trocken und lichtgeschützt lagern. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren.

Packungen

Packung mit 1 Flasche (Inhalt: 20 ml)

Nur in Apotheken erhältlich.

Weitere Informationen

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase®.

Bitte informieren Sie sich auf: www.biosyn.de/produkte/nahrungsergaenzungsmittel

Gerne schicken wir Ihnen kostenlos unseren Folder zu Vit D₃biosyn® zu. Bitte schreiben Sie uns eine E-Mail: information@biosyn.de (Stichwort: VI Vit D₃biosyn®),

rufen Sie uns an:

Tel. +49 (0) 711 575 32-00

oder schreiben Sie uns:

biosyn Arzneimittel GmbH
 Stichwort: Vit D₃biosyn®
 Postfach 1246
 70702 Fellbach, Deutschland

Weitere Informationen über uns auf [Facebook](#), [YouTube](#), [Twitter](#), [Pinterest](#), [Instagram](#) und [feierabend.de](#)

Lexikon der Vitamine und Mineralstoffe

57	Biotin
57	Calcium
57	Carotinoide
57	Chrom
58	Coenzym Q10
58	Folsäure
59	Kupfer
59	Magnesium
60	Molybdän
60	Selen
61	Vitamin D ₃
61	Vitamin K
61	Vitamin B ₁ /Thiamin
61	Vitamin B ₂ /Riboflavin
61	Niacin/Vitamin B ₃
61	Pantothensäure/Vitamin B ₅
62	Vitamin B ₆
62	Vitamin B ₁₂
62	Vitamin C
63	Zink

Biotin

Biotin (Vitamin B7, früher Vitamin H) dient unter anderem der Erhaltung von Haut, Haaren und Schleimhäuten. Außerdem trägt Biotin zu einer normalen Funktion des Energiestoffwechsels, des Nervensystems und der Psyche bei.

Calcium

Calcium ist eines der wichtigsten mineralischen Bestandteile des Knochens. Steht dem Körper nicht genügend Calcium zur Verfügung, kann er keine Knochensubstanz aufbauen. Eine gute Calcium-Versorgung (mindestens 1.200 Milligramm pro Tag) trägt zu einem geringeren Rückgang der Knochenmineralisation bei Frauen nach den Wechseljahren bei. Eine niedrige Knochenmineraldichte ist ein Risikofaktor für durch Osteoporose bedingte Knochenbrüche. Außerdem ist Calcium wichtig für den normalen Ablauf der Blutgerinnung, des Energiestoffwechsels, der Muskelfunktion, der Signalübertragung zwischen den Nervenzellen und zur normalen Funktion von Verdauungsenzymen. Auch an der normalen Zellteilung und -spezialisierung sowie am Erhalt gesunder Zähne und Knochen ist Calcium beteiligt.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt für Erwachsene eine Calciumzufuhr von 1.000 Milligramm täglich. Gute Calciumlieferanten sind zum Beispiel Milch und Milchprodukte, Brokkoli und anderes grünes Gemüse, Nüsse und calciumreiche Mineralwässer. Als „Calciumräuber“ gelten dagegen Phosphate, die in vielen Fertiggerichten, Wurst und Cola-Getränken enthalten sind.

Carotinoide

Carotinoide gehören zur Gruppe der sekundären Pflanzenstoffe. Sie werden ausschließlich von pflanzlichen Organismen produziert, wo sie vielen Blättern und Früchten ihre gelbe bis rötliche Farbe geben. Als eine Art natürlicher Lichtschutz schützen sie die Zellen vor UV-bedingten Schäden. Zu den wichtigsten Carotinoiden für den Menschen zählen β -Carotin, Lycopin und Lutein. Der mengenmäßig wichtigste Vertreter der Carotinoide ist das β -Carotin, das der Körper in Vitamin A umwandeln kann. Deshalb wird es auch Provitamin A genannt. Vitamin A ist unter anderem für den Erhalt von Schleimhäuten und Hautzellen sowie für den Sehvorgang wichtig. Lutein kommt vor allem in der Netzhaut des Auges vor.

Eine hohe Menge an Carotinoiden enthalten vor allem gelbe und rote Obst- und Gemüsesorten. Da alle Carotinoide fettlöslich sind, können sie vom Körper aber nur in Kombination mit Fett aufgenommen werden. Insgesamt liegt die Bioverfügbarkeit der Carotinoide aus Obst und Gemüse nur zwischen einem und 50 Prozent.

Chrom

Chrom trägt zu einem geregelten Kohlenhydrat-Stoffwechsel und zur Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels bei.

Coenzym Q10

Das Coenzym Q10 (Ubichinon) spielt eine wichtige Rolle in den Zellen. Die vitaminähnliche, fettlösliche Substanz ist notwendig, um in den Mitochondrien, den „Kraftwerken der Zelle“, Zucker mit Hilfe von Sauerstoff in Energie umzuwandeln. Wenn dem Körper genügend Mikronährstoffe – vor allem Folsäure, Niacin und B-Vitamine – zur Verfügung stehen, kann er Coenzym Q10 selbst herstellen. Mit zunehmendem Alter geht die Q10-Produktion jedoch zurück. Dadurch sinkt der Q10-Gehalt in den Organen, vor allem im Herzmuskel: Bei 80-Jährigen liegt die Konzentration nur noch bei etwa 40 Prozent des Werts gesunder 20-Jähriger. Auch bei vielen Erkrankungen fällt der Q10-Spiegel, etwa bei Herzmuskelschwäche, Diabetes, Alzheimer, Parkinson und Krebs. Einige Arzneimittel steigern zusätzlich den Bedarf. Dazu gehören beispielsweise manche Cholesterinsenker (Statine), Betablocker, Krebsmedikamente und Antidepressiva. Chronischer Stress, Infektionen, hoher Alkoholkonsum, Rauchen und intensives Sonnenbaden können ebenfalls die Q10-Konzentration im Blut und in den Zellen verringern.

Folsäure

Folsäure gehört zur Gruppe der B-Vitamine (Vitamin B₉). Folsäure ist an der Synthese der Erbsubstanzen beteiligt – ohne Folsäure können sich menschliche Zellen nicht teilen. Dadurch spielt es bei allen Wachstums- und Zellteilungsprozessen eine wichtige Rolle. In der Schwangerschaft ist Folsäure mitverantwortlich für die gesunde Entwicklung des Kindes, insbesondere für die Entwicklung des Zentralnervensystems.

Einen relativ hohen Gehalt an Folsäure haben zum Beispiel Weizenkeime, Sojabohnen, grüne Gemüse und Vollkorngetreide. Folsäure ist jedoch ein sehr empfindliches Vitamin: Bei der Lagerung und der Zubereitung kann ein Teil verloren gehen. Selbst mit einer vollwertigen und abwechslungsreichen Ernährung ist es in Deutschland daher nicht immer möglich, genügend Folsäure zu sich zu nehmen. Eingeschränkt wird die Verwertung von Folsäure außerdem durch Alkohol und bestimmte Medikamente, zum Beispiel Acetylsalicylsäure (ASS).

Der tägliche Folsäurebedarf für Frauen liegt laut der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) bei 300 Mikrogramm. Die meisten Menschen nehmen über die normale Ernährung jedoch erheblich weniger Folsäure zu sich als empfohlen: Wie eine Studie im Rahmen des Baby-Care-Programms der gesetzlichen Krankenversicherungen zeigte, erreichen drei Viertel aller Frauen nicht einmal 70 Prozent des Sollwerts. Bei werdenden Müttern steigt der Folsäurebedarf auf fast das Doppelte (550 Mikrogramm).

Ein Folsäuremangel bleibt im Anfangsstadium meist symptomlos. Später kann er sich durch Blutarmut mit Müdigkeit und Schwäche sowie Verhaltensveränderungen äußern. Begünstigt wird ein Folsäuremangel durch übermäßigen Alkoholkonsum und Krebserkrankungen. Auch bestimmte Medikamente zur Krebs- oder Epilepsiebehandlung, Schmerzmittel und die Antibabypille können den Folsäurebedarf steigern.

Kupfer

Kupfer ist in vielen Enzymen enthalten, die unter anderem die Sauerstoffverwertung in der Zelle fördern. Auch am Aufbau von Bindegewebe ist es beteiligt. Außerdem trägt es zu einer normalen Funktion des Nerven- und Immunsystems und zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.

Magnesium

Ohne Magnesium könnten unzählige Stoffwechselfvorgänge im Organismus nicht ablaufen. Mehr als 300 Eiweißstoffe benötigen Magnesium, um ihre Funktionen zu erfüllen. Magnesium ist unverzichtbar für die Energiebereitstellung des Körpers. Muskeln (Herz- und Skelettmuskulatur) und Nervensystem arbeiten ebenfalls nur dann normal, wenn ihnen genügend Magnesium zur Verfügung steht. Ferner trägt Magnesium zur normalen psychischen Funktion sowie zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Ein Magnesiummangel kann sich durch ganz unterschiedliche Beschwerden äußern. Zu den bekanntesten zählen Muskelkrämpfe, etwa in den Waden oder Fußsohlen, und Verspannungen. Aber auch Konzentrationsstörungen, Energiemangel, Ruhelosigkeit, Kopfschmerzen, Menstruationsbeschwerden oder sogar Herzrhythmusstörungen können ein Zeichen für einen Magnesiummangel sein.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt bei gesunden Menschen eine tägliche Zufuhr von 300 Milligramm Magnesium für Frauen und 350 Milligramm für Männer. Unter bestimmten Umständen kann der Bedarf jedoch deutlich steigen. Beim Sport beispielsweise geht durch die Schweißproduktion viel Magnesium verloren. Auch mit dem Urin wird bei körperlicher Belastung mehr Magnesium ausgeschieden. Dadurch können sportlich aktive Menschen einen zehn bis 20 Prozent höheren Magnesiumbedarf haben. Schon ein geringfügiger Mangel kann die Leistungsfähigkeit einschränken und die Erholungsphase nach einem anstrengenden Training verlängern. Stillende Frauen benötigen ebenfalls mehr Magnesium: laut DGE mindestens 390 Milligramm täglich. Für seine Entwicklung braucht das Baby viel Magnesium, mit dem es durch die Muttermilch versorgt wird. Das steigert den Verbrauch der Mutter. Auch Schwangere sollten auf eine gute Magnesiumversorgung achten. Um Mangelerscheinungen zu vermeiden, ist eine ausreichende Magnesiumzufuhr besonders bei Menschen mit chronischer Erkrankung wichtig. Vor allem Diabetiker leiden häufig an einem Magnesiummangel, aber auch Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder entzündlichen Darmerkrankungen sowie Alkoholiker. Manche Medikamente können ebenfalls die Ausscheidung von Magnesium erhöhen oder seine Aufnahme behindern. Dazu gehören beispielsweise viele Mittel gegen Bluthochdruck, Herzschwäche oder Krebs.

Viel Magnesium enthalten zum Beispiel Nüsse, Vollkorngetreide und Hülsenfrüchte. Grünes Gemüse und Bananen sind ebenfalls gute Magnesiumlieferanten. Auch magnesiumreiche Mineralwässer sowie in geringerem Maß Kakao (Schokolade), Kaffee und Tee können zur Bedarfsdeckung beitragen. In weißem Mehl, bei dem die Samenschale und der Keimling entfernt wurden, findet sich dagegen nur noch sehr wenig Magnesium.

Magnesium

Gesunde Menschen, die auf eine vollwertige und ausgewogene Ernährung achten, nehmen meist ausreichend Magnesium zu sich. Schwierig wird es dagegen, wenn der Magnesiumbedarf steigt – zum Beispiel bei Sportlern oder chronisch Kranken. Sind bereits Mangelercheinungen aufgetreten, lassen sich diese in der Regel nicht mehr ausschließlich durch magnesiumreiche Nahrungsmittel beheben. Bei Muskelkrämpfen empfehlen auch die neuesten medizinischen Leitlinien – neben regelmäßigen Dehnübungen – ein Magnesiumpräparat zur Vorbeugung einzunehmen. Wie die Nationale Verzehrstudie zeigt, erreichen 26 Prozent der Männer und 29 Prozent der Frauen nicht die von der DGE empfohlene tägliche Magnesiumaufnahme. Besonders groß ist dieser Anteil bei jungen Erwachsenen und älteren Personen. In der Altersgruppe der 14- bis 18-jährigen Mädchen bleiben sogar 56 Prozent unter den Zufuhrempfehlungen der DGE.

Molybdän

Molybdän ist ein wichtiger Bestandteil zahlreicher Enzyme und trägt zu einer normalen Verstoffwechslung schwefelhaltiger Aminosäuren bei.

Selen

Selenhaltige Enzyme sind eine wichtige Komponente des körpereigenen Abwehrsystems gegen freie Radikale. Ohne ausreichende Selenzufuhr können diese Enzyme ihre Funktion nicht erfüllen – ein eingeschränkter oxidativer Schutz kann die Folge sein.

Besonders hohe Mengen der antioxidativen Selenenzyme finden sich in der Schilddrüse. Dort schützen sie das empfindliche Drüsengewebe vor dem Angriff freier Radikale, die bei der Hormonproduktion entstehen. Auch Hoden und das Immunsystem benötigen das seltene Spurenelement, um richtig arbeiten zu können.

Der Bedarf an Selen lässt sich durch die Nahrung in Deutschland nicht immer decken. Ernährungswissenschaftler empfehlen eine tägliche Selenzufuhr von 70 Mikrogramm – die tatsächlich aufgenommene Menge liegt aber durchschnittlich nur bei 30 Mikrogramm für Frauen und 42 Mikrogramm für Männer. Hauptgrund dafür ist die Selenarmut der Böden in Deutschland. In der Viehzucht wird das zum Teil durch Selenzusätze in Futtermitteln ausgeglichen. Getreide, Obst und Gemüse enthalten dagegen meist nur sehr wenig Selen. Deshalb leiden vor allem Vegetarier und Veganer häufig an einem Selenmangel. Auch stillende Frauen, Diabetiker, Alkoholiker und Patienten mit Essstörungen oder chronisch-entzündlichen Darmerkrankungen haben ein erhöhtes Risiko eines Selendefizits. Anhaltende psychische und physische Belastungen, hohe Anforderungen an das Immunsystem sowie bestimmte Medikamente erhöhen ebenfalls den Selenbedarf des Körpers.

Bemerkbar macht sich eine Unterversorgung mit Selen in den meisten Fällen nur durch recht unspezifische Symptome. Mögliche Anzeichen sind beispielsweise Müdigkeit, Haarausfall, schuppige Haut, Leberfunktionsstörungen, Muskelschwäche oder eine verringerte Spermaqualität. Die Funktion der Schilddrüse und des Immunsystems wird eingeschränkt. Ein langfristiger schwerer Selenmangel, wie er in einigen extrem selenarmen Gegenden Chinas vorkam, führt zur Keshan-Krankheit, einer Herzmuskel-erkrankung.

Vitamin D₃	<p>Vitamin D₃ ist die Vorstufe des Hormons Calcitriol. Das braucht der Organismus, um Calcium aus dem Darm aufzunehmen und in den Knochen einzubauen. Auch für die Muskelfunktion, die Koordination und viele Regulierungsvorgänge im Körper ist es wichtig. Ein niedriger Vitamin-D₃-Spiegel kann auf Dauer nicht nur zu einer geringeren Knochendichte führen, sondern auch die Sturzneigung und damit das Risiko eines Knochenbruchs erhöhen. Das Immunsystem und der Stoffwechsel profitieren ebenfalls von einer guten Vitamin-D₃-Versorgung.</p> <p>Vitamin D₃ nimmt eine Sonderstellung unter den Mikronährstoffen ein: Den größten Teil seines Bedarfs stellt der Körper mit Hilfe des Sonnenlichts selbst her. Nur etwa zehn bis 20 Prozent werden mit der Nahrung zugeführt. Vitamin D₃ kommt nur begrenzt in Lebensmitteln vor. Am höchsten ist die Konzentration in fetten Fischarten, zum Beispiel in Lachs oder Hering. Den kompletten Vitamin-D₃-Bedarf über die Nahrung zu decken, ist deshalb nicht immer möglich. In den lichtarmen Monaten von Oktober bis März reicht die Sonneneinstrahlung in unseren Breiten jedoch nicht immer aus, um genügend Vitamin D₃ in der Haut zu bilden.</p> <p>Zusätzlich eingeschränkt wird die Vitamin-D₃-Produktion durch die Verwendung von Sonnencreme – die prinzipiell durchaus sinnvoll ist, um sich vor Sonnenbrand und Hautkrebs zu schützen. Ein Sonnenschutzfaktor von 15 reduziert die schädliche UVB-Strahlung und damit auch die Vitamin-D₃-Produktion um 99 Prozent.</p>
Vitamin K	<p>Die wenigsten Menschen kennen Vitamin K und wissen, wie wichtig es für ihren Körper tatsächlich ist. Eine seiner Hauptaufgaben ist die Regulation der Blutgerinnung. Daneben sorgt Vitamin K – zusammen mit Calcium und Vitamin D₃ – aber auch für einen gesunden Knochenaufbau. Das fettlösliche Vitamin K kommt vor allem in Kohl und anderem grünen Gemüse vor.</p>
Vitamin B₁/ Thiamin	<p>Vitamin B₁ (Thiamin) ist besonders für den Kohlenhydratstoffwechsel von Nerven, Gehirn und Muskeln von Bedeutung.</p>
Vitamin B₂/ Riboflavin	<p>Vitamin B₂ (Riboflavin) spielt eine Rolle bei der Freisetzung von Energie aus Kohlenhydraten und unterstützt den Erhalt der Haut und Schleimhäute. Außerdem trägt es zum Erhalt der Sehkraft, zum Eisenstoffwechsel und zur Verringerung von Müdigkeit bei.</p>
Niacin/Vitamin B₃	<p>Niacin (Vitamin B₃) ist am Energiestoffwechsel und an der Funktion des Nervensystems beteiligt. Auch für den Erhalt gesunder Haut und Schleimhäute ist es wichtig.</p>
Pantothensäure/ Vitamin B₅	<p>Pantothensäure (Vitamin B₅) ist die Vorstufe von Coenzym A, welches der Körper beispielsweise für den Energiestoffwechsel und die Hormonproduktion benötigt. Pantothensäure trägt außerdem zu einer normalen geistigen Leistung und zur Verringerung von Ermüdungszuständen bei.</p>

Vitamin B₆

Vitamin B₆ (Pyridoxin) ist ein Baustein der Botenstoffe, die für die Reizübertragung zwischen Nervenzellen verantwortlich sind. Darüber hinaus ist es an vielen wichtigen Reaktionen des Kohlenhydrat-, Eiweiß- und Energiestoffwechsels beteiligt. Auch das Immunsystem und bestimmte Hormonaktivitäten werden durch Pyridoxin beeinflusst. Außerdem trägt es zur normalen Bildung roter Blutkörperchen und zur Verringerung von Müdigkeit bei.

Die meisten Menschen nehmen durch eine abwechslungsreiche Mischkost genügend Vitamin B₆ auf. Ein erhöhter Bedarf besteht aber bei Alkoholikern, Patienten mit einer eingeschränkten Nierenfunktion oder Menschen, die eine sehr proteinreiche Kost bevorzugen. Einige Medikamente verringern die Aufnahme von Pyridoxin. Symptome für einen Vitamin-B₆-Mangel sind beispielsweise Hautveränderungen und Ausschläge, Reizbarkeit, Aufmerksamkeitsstörungen oder geistige Beeinträchtigungen.

Vitamin B₁₂

Vitamin B₁₂ spielt unter anderem bei der Energiegewinnung, der Bildung der Erbsubstanzen, der Reifung der roten Blutkörperchen und der Synthese der Nervenfaserhüllen eine Rolle. Zusammen mit Vitamin B₆ und Folsäure ist Vitamin B₁₂ für den Abbau von Homocystein verantwortlich.

Da Vitamin B₁₂ in erster Linie in tierischen Lebensmitteln vorkommt, besteht bei einer rein veganen oder vegetarischen Ernährung die Gefahr einer Mangelversorgung. Zu einer verringerten Aufnahme von Vitamin B₁₂ können auch Darmerkrankungen oder Medikamente beitragen, beispielsweise Mittel gegen Magenübersäuerung oder Infektionen. Studien zeigen, dass in Deutschland etwa jede vierte Frau von einem Vitamin-B₁₂-Mangel betroffen ist. Bei Männern ist das deutlich seltener der Fall. Ein Symptom kann zum Beispiel Blutarmut sein, die sich durch Blässe, Schwindel und vermehrte Müdigkeit äußert.

Vitamin C

Vitamin C ist vor allem für seine Rolle im Immunsystem und als Antioxidans bekannt. Es hat aber noch viel mehr wichtige Funktionen im Körper: Unter anderem wird es gebraucht zum Aufbau des Bindegewebes (Kollagen), der Knochen und der Zähne. Bei der Verdauung verbessert es die Verwertung von Eisen aus pflanzlichen Lebensmitteln.

Ein Vitamin-C-Mangel äußert sich zunächst recht unauffällig. Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Leistungseinbußen, erhöhte Reizbarkeit, Muskelschwäche, Gelenksbeschwerden und Gliederschmerzen (insbesondere in den Waden) können erste Anzeichen sein. Vitamin C (Ascorbinsäure) kommt vor allem in frischem Obst und Gemüse vor. Wichtigste Ursache für einen Vitamin-C-Mangel sind einseitige Ernährungsformen mit wenig frischen Lebensmitteln. Nach schwerer körperlicher Arbeit oder Infektionen kann der Bedarf an Vitamin C steigen.

Zink

Ohne Zink kann das menschliche Immunsystem seine Funktionen nicht erfüllen. Der Körper braucht das Spurenelement, um Abwehrzellen zu bilden, die Immunreaktionen zu steuern und Krankheitserreger abzutöten. Bei einem Zinkmangel fehlen dem Organismus die Waffen, um den Angriff von Viren und Bakterien abzuwehren. Die Folge kann eine erhöhte Infektanfälligkeit sein. Husten- und Schnupfenkeime haben dann – vor allem in der feuchtkalten Jahreszeit – ein leichtes Spiel.

Zink wappnet den Körper aber nicht nur gegen Infektionen: Es ist Bestandteil von mehr als 300 menschlichen Enzymen, die an der Verdauung und Verwertung von Fetten, Eiweißen und Kohlenhydraten beteiligt sind. Außerdem beeinflusst es den Aufbau der Erbsubstanz sowie das Zellwachstum.

Darüber hinaus ist Zink ein wichtiger Bestandteil vieler antioxidativer Enzyme. Neben seiner Wirkung als Radikalfänger trägt das Spurenelement zum Erhalt gesunder Haare, Haut und Nägel bei, fördert ein stabiles Knochenwachstum und normale Hormonspiegel. Auch für die Funktion des Immunsystems und die Leistungsfähigkeit des Gehirns ist die ausreichende Zinkversorgung von entscheidender Bedeutung.

Fast jeder zehnte Deutsche nimmt nach Schätzungen der WHO zu wenig Zink auf. In den europäischen Nachbarländern ist die Zinkversorgung zum Teil deutlich besser. Einen erhöhten Zinkbedarf haben zum Beispiel Leistungssportler, Schwangere und stillende Frauen. Gleiches gilt für Menschen mit einer chronischen Darmerkrankung, Diabetes, Allergien oder Rheuma. Bei älteren Menschen lässt zudem die Fähigkeit der Darmschleimhaut nach, Zink ins Blut aufzunehmen. Auch bestimmte Medikamente behindern die Aufnahme oder erhöhen den Bedarf, etwa Kortison, blutfettsenkende sowie magensäurebindende und entwässernde Mittel. Da in Deutschland fast 60 Prozent des Zinkbedarfs über tierische Lebensmittel gedeckt werden, droht bei einer rein veganen oder vegetarischen Ernährung ebenfalls ein Mangel.

Ein Zinkdefizit äußert sich meist durch unspezifische Symptome: beispielsweise Müdigkeit, Konzentrationsschwäche, abnehmende Leistungsfähigkeit, depressive Stimmung oder Infektanfälligkeit. Häufig treten Wundheilungsstörungen und Hautveränderungen auf, wie Akne, Ekzeme oder Schuppenbildung. Auch die Sinnesorgane werden in Mitleidenschaft gezogen: Es können Augentrockenheit, Sehstörungen, plötzliche Nachtblindheit, Störungen des Geruchssinns oder Geschmacksverlust auftreten. Durch hormonelle Veränderungen gehen oft das sexuelle Interesse und die Zeugungsfähigkeit zurück.

Informationen der biosyn Arzneimittel GmbH

selenase®

biosyn bietet Ihnen eine Reihe hochwertiger Nahrungsergänzungsmittel, unter anderem unser Selenprodukt selenase®.

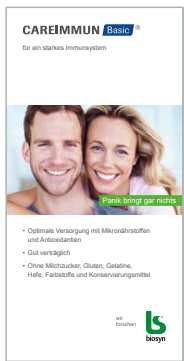
Weitere Informationen finden Sie unter www.biosyn.de

Broschüren

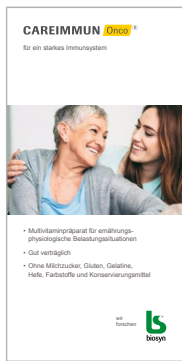
Wir bieten kostenlos die Infobroschüren für Patienten an, gerne auch in größeren Stückzahlen.

Bestellung per E-Mail: information@biosyn.de (bitte gewünschte Materialien angeben)

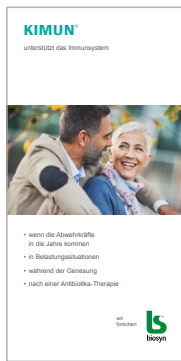
Infobroschüren



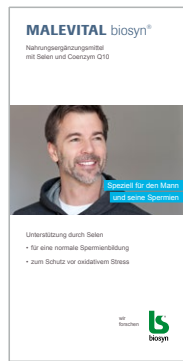
CAREIMMUN Basic®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
36 Seiten



CAREIMMUN Onco®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
32 Seiten



KIMUN®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
24 Seiten



MALEVITAL biosyn®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
16 Seiten



MICROSAN®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
28 Seiten

Newsletter

Sind Sie an unserem Online-Newsletter interessiert? Senden Sie einfach eine E-Mail mit dem Kennwort „immuNews“ an information@biosyn.de

Weitere Informationen

Weitere Informationen zu unseren Produkten erhalten Sie auf unserer Website: www.biosyn.de/produkte

Für Rückfragen stehen wir gerne zur Verfügung. Haben Sie konkrete Fragen zum Thema, bitte rufen Sie uns an unter Tel.: +49 (0) 711 575 32-00

Bildnachweis:

Umschlag (2 ×), Seiten 2, 66: © biosyn Arzneimittel GmbH
Seite 12: © gilaxia/istockphoto
Seite 16: © nadofotos/istockphoto
Seite 20: © Rido/fotolia
Seite 32: © AleksandarNakic/istockphoto

Seite 36: © Wavebreakmedia/istockphoto
Seite 40: © m-imagephotography/istockphoto
Seite 44: © courtneyk/istockphoto
Seite 48: © SanneBerg/istockphoto
Seite 52: © tetmc/istockphoto

Infobroschüren



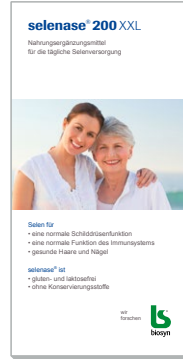
myfemella
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
16 Seiten



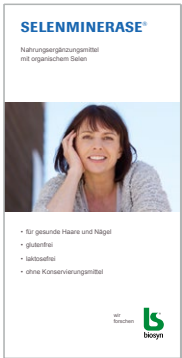
myflora comfort
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
16 Seiten



selenase® 100XL
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
16 Seiten



selenase® 200XXL
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
16 Seiten



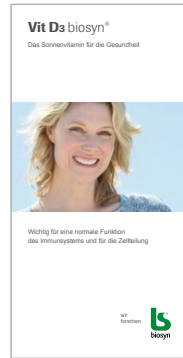
SELENMINERASE®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
20 Seiten



THYMO-GLANDURETTEN
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
12 Seiten



THYMVITAL®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
28 Seiten



Vit D3 biosyn®
Patientenbroschüre
Format: DIN lang
16 Seiten



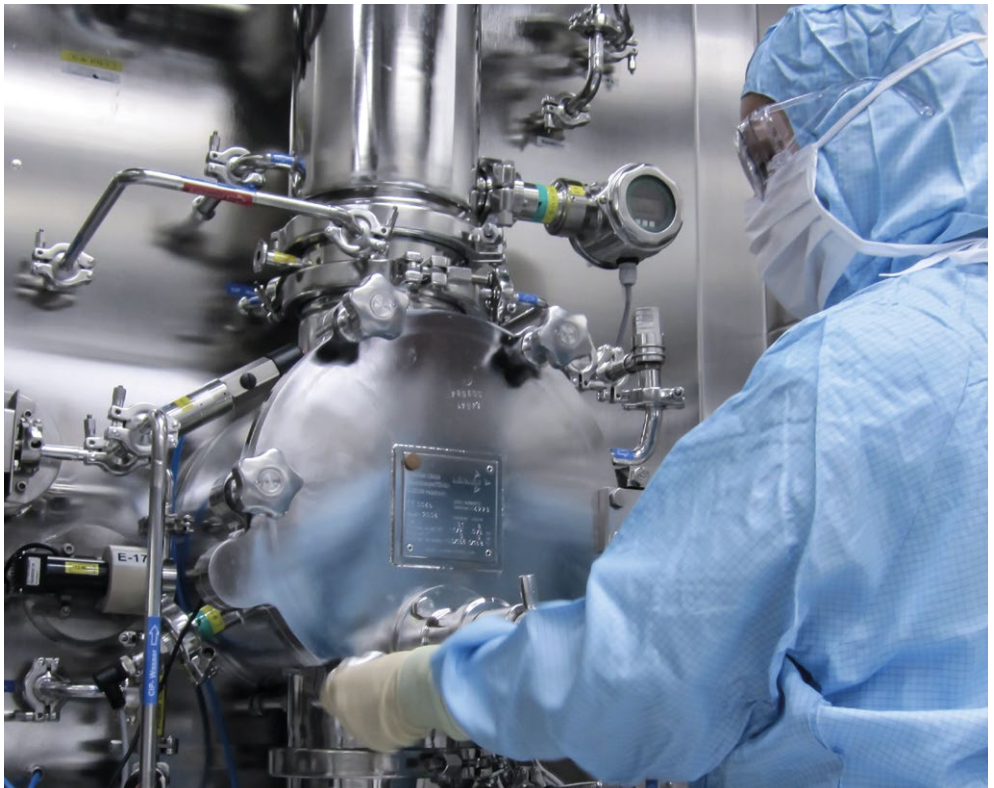
Hier können Sie unsere Broschüren entdecken und bestellen:
<https://bookshop-biosyn.de>



Weltmarktführer bei hochdosierten Selen-Injektionen

Die biosyn Arzneimittel GmbH ist ein Pharma- und Biotech-Unternehmen mit Sitz in Fellbach. Es ist spezialisiert auf Spurenelemente, Weltmarktführer bei hochdosierten Selen-Injektionen, Entwickler und Betreiber von zwei weltweit einmaligen GMP-Wirkstoff-Fertigungen und außerdem im Biotech-Bereich aktiv mit einem Glykoprotein, isoliert aus der *Megathura crenulata*, einer in Kalifornien vorkommenden Meeresschnecke. 70 Prozent des Umsatzes werden außerhalb von Deutschland erzielt – in 27 Ländern rund um die Welt.

Aktiv in den Bereichen Intensivmedizin, Onkologie und Endokrinologie ist die biosyn mit ihren Produkten ein Partner für Kliniken und niedergelassene Ärzte, ebenso wie für Ärzte für Naturheilkunde und Heilpraktiker. Forschung und Entwicklung gehören gleichfalls zu den Aufgabengebieten der Mitarbeiter wie die Aufarbeitung der aktuellen medizinisch-wissenschaftlichen Literatur und modernes Online-Marketing. Das mittelständische Familienunternehmen legt Wert auf eine offene, engagierte und kundenorientierte Unternehmenskultur.



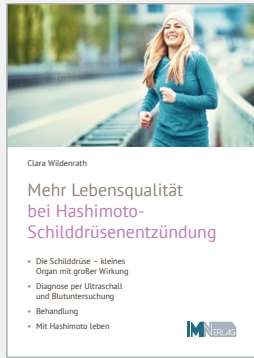
Broschüren MN-Verlag für Patienten

Der MN-Verlag erstellt Broschüren mit umfassenden Informationen für Patienten. biosyn hat etliche Exemplare der Broschüren gekauft und stellt sie Ihnen kostenlos zur Verfügung.

Gerne können Sie sie bestellen bei information@biosyn.de (bitte geben Sie an, welche Broschüren Sie wünschen).



Mehr Power fürs Immunsystem
Format: DIN A5
36 Seiten



Mehr Lebensqualität bei Hashimoto
Format: DIN A5
36 Seiten



Mehr Lebensqualität bei Prostatakrebs
Format: DIN A5
60 Seiten



Gesund älter werden
Format: DIN A5
40 Seiten



Gesund mit Superfood
Format: DIN A5
56 Seiten

Nahrungsergänzungsmittel

Für Gesundheitsbewusste



© biosyn 2021

biosyn Arzneimittel GmbH
Schorndorfer Straße 32
70734 Fellbach, Deutschland

information@biosyn.de
www.biosyn.de
www.biosynpharma.com

Weitere Informationen über uns auf
[Facebook](#), [YouTube](#), [Twitter](#), [Pinterest](#),
[Instagram](#) und feierabend.de



Geschäftsführer: Dr. Thomas Stiefel & Ortwin Kottwitz
Handelsregister: Amtsgericht Stuttgart HRB 262712
Erfüllungsort: Fellbach, Gerichtsstand Stuttgart

wir
forschen

