

## Vitalstoffe für die aktive Frau



**Energie • Antrieb**  
Antifatigue

**Geistige Leistung**  
Konzentration • Gedächtnis

**Nerven • Antistress**  
gute Laune

**Immunsystem**  
Widerstandskraft

**Beauty • Anti-Aging**

**Augen • Sehkraft**

## Wichtige Lifestyle-Tipps

- Täglich 2 Liter Wasser trinken (schwemmt bindegewebschädigende Harnsäure aus).
- Mehrmals wöchentlich Bewegungstraining an der frischen Luft. Dauer mindestens 40 bis 45 Minuten.
- 2-mal wöchentlich frischen Fisch genießen oder Omega-3-Fischöl- oder Krillölkapseln einnehmen.
- Genügend Eiweiß einnehmen, evtl. mit einem gut schmeckenden Eiweiß-Shake mit L-Carnitin und Inulin. Zusammen mit Krafttraining wird dabei die Muskelmasse erhalten.
- Viel Frischobst, Beeren und frisches Gemüse genießen, wenig Zucker essen.
- Nicht rauchen.
- Qualitativ hochwertige Öle wie Olivenöl oder Rapsöl zum Kochen verwenden.
- Genügend Ballaststoffe (Vollkornprodukte mit Nahrungsfasern) zu sich nehmen.

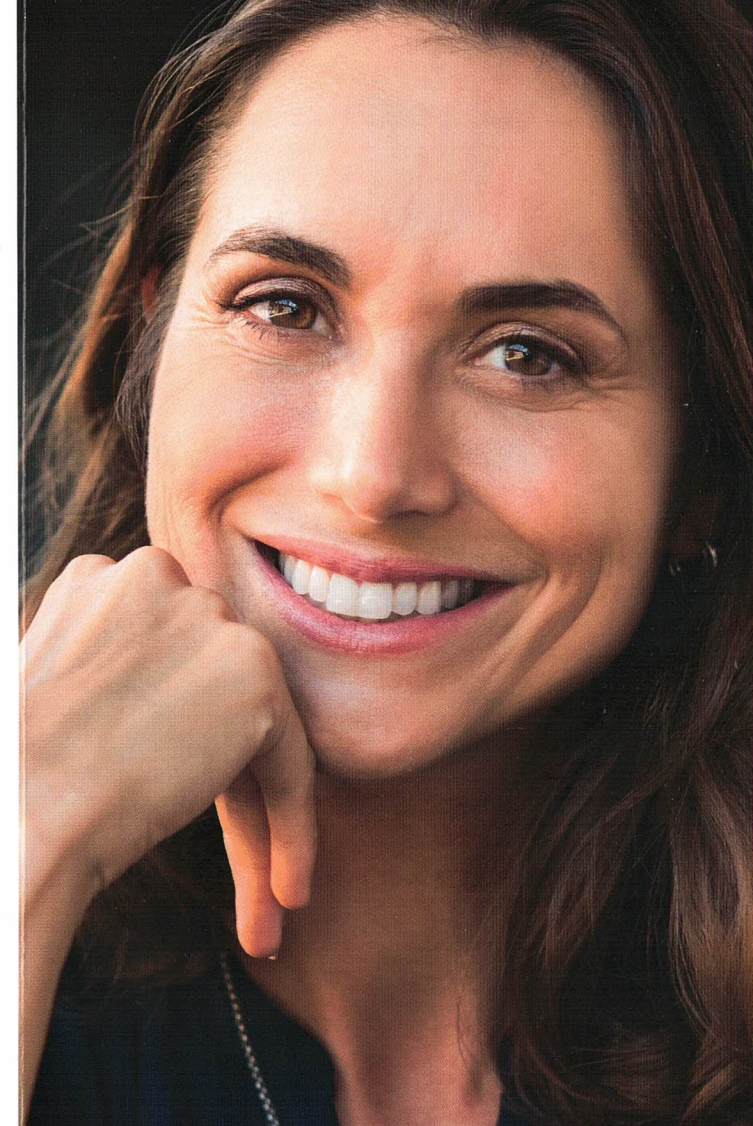
 Swiss Made



<https://swisshealthproducts.com/de/anti-aging/84/vita-energy-complex-for-women-90-kapseln>



SWISS Health Care AG  
Marktplatz 4, 79576 Weil am Rhein  
Tel. +49 (0)7621 583 41 46  
info@shc.ag • www.shc.ag



# Die richtigen Vitalstoffe für UNS Frauen

**Energie • Antrieb • Nerven • Beauty**  
**Augen • Immunsystem**

Älter werden und sich dabei vital, leistungsfähig, resistent und gut in seiner Haut fühlen ist dank einem gesunden Lifestyle mit einer genügenden Versorgung an Vitalstoffen möglich!

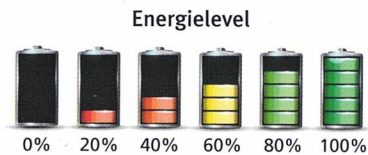
### Vitalstoffe für mehr Energie, Antrieb und gegen Müdigkeit = in Form bleiben

«Liposomal» heißt die gut resorbierbare und verträgliche Form von Eisen, die zusammen mit Vitamin C die Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin fördert. Dadurch verbessert sich die Energieproduktion des weiblichen Körpers und «frau» fühlt sich leistungsfähiger und weniger müde.

Die beiden Antioxidantien Astaxanthin und OPC-Pinienrinden-Extrakt erhöhen die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und den Antrieb in Synergie mit Coenzym Q10.

#### Vitalstoffe gegen Müdigkeit und für mehr Leistungsfähigkeit

Liposomales Eisen  
Astaxanthin  
OPC Pinus pinaster  
Coenzym Q10  
Vitamin D



### Vitalstoffe für geistige Leistung, Konzentration und Gedächtnis = kreativ bleiben

L-Theanin aus Grüntee hat sich in Studien als eigentliches Gehirndoping erwiesen und kann zusammen mit dem Extrakt aus Ashwagandha (auch «Frauenginseng» genannt), OPC-Pinienrinden-Extrakt und den B-Vitaminen folgende Eigenschaften entfalten:

- gegen Nervosität
- verbesserte Konzentration und Fokussierung
- erhöhte Präzision, Lernfähigkeit und besseres Gedächtnis



- geringeres Stress- und Ermüdungsempfinden
- erhöhtes Erinnerungs- und Reaktionsvermögen
- bessere Schlafqualität

### Vitalstoffe für Gelassenheit, starke Nerven und bei hohen Stressbelastungen = gute Laune behalten

Die Vitalstoffkombination von Safran, Curcuma, Ashwagandha und Astaxanthin zusammen mit Vitamin D und den B-Vitaminen hat eine adaptogene Wirkung, d. h. sie erhöht die Stresstoleranz, macht nervlich ausgeglichener und besser gelaunt.

### Vitalstoffe für das Immunsystem = mehr Widerstandskraft und Resistenz

Folgende Vitalstoffe sind für ein gut funktionierendes Immunsystem sehr wichtig und verbessern die Widerstandskraft (Resilienz) und Resistenz gegen Krankheiten: Selen, Zink, Vitamine C und D in Kombination mit Astaxanthin, OPC-Pinienrinden-Extrakt und Q10.

### Vitalstoffe für die Schönheit der Haut mit Anti-Aging-Effekten = sich schön fühlen

Collagen UC-II ein nicht denaturiertes Kollagen, das als Katalysator für die Neubildung von Kollagenfasern und Hyaluronsäure dient. Unterstützt die Wirkung von Hyaluron-

säure für weiche, glatte, geschmeidige Haut und gesunde Gelenke. Granatapfel, Silizium, Lutein und Zeaxanthin – Synergie für ein schönes Hautbild durch mehr Hautfeuchtigkeit und -elastizität.

OPC (oligomere Proanthocyanidine) aus Pinienrinde und Astaxanthin gehören zu den gesundheitsfördernden Vitalstoffen mit gut belegten Wirkungen auf die Haut («Schönheit von innen») und die Mikrozirkulation in den Gefäßen (Venen und Herzkreislauf). Sie reduzieren Altersflecken und verbessern die Hautdurchblutung.

### Vitalstoffe für die Augen und zum Schutz der Netzhaut = besseres Sehen, gesunde Augen

Gegen Augenmüdigkeit und zum Schutz vor schädlichem Bildschirm-Blaulicht von Computern, Handys und LED-Lampen zeigt die Kombination Lutein, Zeaxanthin und Astaxanthin sehr gute Resultate.

Diese Vitalstoffe sollten kurzzeitig bzw. langfristig eingenommen werden.

Am besten werden Vitalstoffpräparate einmal täglich mit einer Mahlzeit eingenommen. Der Grund ist gute Verträglichkeit und gute Resorption (Bioverfügbarkeit) der Vitalstoffe.

