

# Älter werden und sich dabei jung und vital fühlen!

## Lycopin (natürliches Carotinoid) – Antioxidans mit Hautschutzfunktion

Natürliches Lycopin aus den Schalen von Tomaten ist ein wichtiger Hautschutzfaktor von Innen. Zusätzlich konnten Studien aber auch andere Schutzmechanismen bspw. für die Augen oder das Herz-Kreislaufsystem nachweisen. Auch zeigen klinische Daten eine positive Wirkung auf das Immunsystem auf, die Abwehr gegen Infekte wird gestärkt.

## Coenzym Q 10 – Schlüsselvitaminoid für die zelluläre Energiegewinnung

Natürliches Coenzym Q 10 ist für die Energiegewinnung unerlässlich. 95 % der gesamten Körperenergie werden durch Coenzym Q 10 aktiviert. Unser Gehalt an Q 10 in den Zellen (vor allem von Herz, Pankreas, Nieren und der Lunge) nimmt ab dem Alter von 40 Jahren deutlich ab! Auch die Haut und das Immunsystem profitieren von der Einnahme von Co Q 10.

## Vitamine D3, C und E-Schutzvitamine gegen den Alterungsprozess

**Vitamin D3:** 50 % der Bevölkerung sind unterversorgt an diesem «Anti-Aging-Hormon» unseres Immunsystems. Kräftigt Muskeln und Knochen. Schützt Nervenzellen. Hält Entzündungsherde in Schach. Stärkt das Immunsystem gegen grippale Infekte. Verringert das Krebsrisiko. **Vitamin C:** Entscheidend für den Aufbau des Kollagens. Starkes wasserlösliche Antioxidans im Zusammenspiel mit Vitamin E und Coenzym Q 10. Wichtige Entgiftungsfunktion im Körper. Verringert Müdigkeit. **Vitamin E:** Wichtigstes fettlösliche Schutzvitamin. Wichtig für die Bildung von qualitativ gutem Bindegewebe. Schutz von Blutzellen, Augen, Nerven und Gehirn gegen aggressive freie Radikale. Verbessert die Durchblutung und die Sauerstoffversorgung der Gefässe.

### Wichtige Anti-Aging-Tipps für ein gesundes Altern:

- Täglich 2 Liter Wasser trinken (schwemmt bindegewebsschädigende Harnsäure aus).
- Mehrmals wöchentlich mind. 40 Minuten Bewegungstraining an der frischen Luft.
- 2 mal wöchentlich frischen Fisch geniessen oder Omega-3-Fischkapseln einnehmen.
- Genügend Eiweiss (ev. durch einen gut schmeckenden Eiweiss-Shake). Zusammen mit Krafttraining wird dabei die Muskelmasse erhalten.
- Genuss von viel frischem Obst und Gemüse.
- Nicht Rauchen. Moderater Weinkonsum ist empfehlenswert.
- Qualitativ hochwertige Öle wie Olivenöl oder Rapsöl zum Kochen verwenden.
- Genügend Ballaststoffe (Nahrungsfasern) zu sich nehmen.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Neben einer gesunden Lebensweise, einer positiven Lebenseinstellung können auch ausgewählte Vitalstoffe helfen sich in seiner Haut wohl und leistungsfähig zu fühlen. Allerdings ist dabei auf eine kurmässige Einnahme, eine gute Qualität der Rohstoffe und eine ausreichende Dosierung zu achten. Im Fokus der modernen «Anti-Aging-Medizin» stehen natürliche Vitalstoffe wie Kollagen-Hydrolysat, Astaxanthin, Lycopin, Coenzym Q 10, Glucosaminsulfat aber auch die Vitamine C, E und speziell das «Anti-Aging» Vitamin D3. Mit den genannten Mikronährstoffen kann der Alterungsprozess verzögert werden und man fühlt sich dabei vital und voller Lebensenergie.

## Kollagen-Hydrolysat – «Anti-Aging» – für Haut und Bewegungsapparat

Kollagen ist das wichtigste Strukturprotein unserer Körpergewebe. Unser Organismus besteht zu 15 bis 20 % aus Kollagen. Diese Organe und Gewebe sind besonders reich an Kollagen: Haut, Knochen, Sehnen, Knorpel, Arterien, Venen, die Lunge, Augen, Nägel und Haare. Alle diese Organe und Gewebe sind auf eine genügende Versorgung mit Kollagen-Hydrolysat angewiesen!

### Wirkung auf die Hautstruktur als «Antifalten-Kur»:

Die Einnahme von 10 g Kollagen-Hydrolysat, reich an den kollagenbildenden Aminosäuren L-Prolin, Hydroxy-Prolin und Glycin, konnte in Studien nach 12 Wochen eine deutliche Verbesserung der Struktur, der Elastizität und der Hydratation der Haut aufzeigen. Die Falten wurden um 26 bis 30 % deutlich reduziert! Damit Kollagen-Hydrolysat in der Haut richtig eingebaut wird müssen auch die Vitamine C und E in genügendem Ausmass vorhanden sein! Zusammen mit Glucosaminsulfat hilft Kollagen-Hydrolysat dem ganzen Bewegungsapparat gegen Alterserscheinungen!

## Astaxanthin (natürliches Carotinoid) für die Haut und mehr Vitalität

Die Anti-Aging-Eigenschaften von Astaxanthin wirken in erster Linie auf die Haut, das Immunsystem und die Sehkraft. Astaxanthin steigert zudem die physische Leistung und bekämpft Müdigkeit!

Astaxanthin verbessert Elastizität und Feuchtigkeitsgehalt der Haut. Reduziert Falten und verlangsamt den Hautalterungsprozess. Der bekannte amerikanische «Anti-Aging» – Mediziner Dr. med. Nicolas Perricone sagte in der meistgesehenen Fernsehshow: «Die Einnahme von Astaxanthin hat den gleichen Effekt wie ein Facelifting».

Gegen Müdigkeit und für mehr Leistungsfähigkeit: Als eine der grössten physischen Leistungen in der Natur gelten die tagelang flussaufwärts schwimmenden Lachse, in denen diese tosende Wassermassen überwinden. Diese unglaubliche Schwimmleistung wird durch den Naturstoff Astaxanthin ermöglicht! In placebokontrollierten Studien wurden auch beim Menschen deutliche Leistungssteigerungen nach der täglichen Einnahme von 4 mg Astaxanthin aufgezeigt.

Astaxanthin reduziert die Müdigkeit der Augen, verbessert die Akkommodation (Fokussierung) der Augen und hat eine schützende antioxidative Wirkung!

**Älter werden und sich dabei jung und vital fühlen!  
Diese natürlichen Vitalstoffe helfen!**

**Gegen Hautalterung,  
Cellulitis, mit  
Antifaltenwirkung**

Kollagen-Hydrolysat  
Astaxanthin  
Coenzym Q 10

**Mehr Leistung  
und Energie**

Coenzym Q 10  
Astaxanthin  
Vitamin C

**Mehr Schutz  
und Abwehrkräfte**

Coenzym Q 10  
Astaxanthin  
Lycopin  
Vitamine C, E und D

**Ein gesundes  
Kollagengerüst und  
belastbarer  
Bewegungsapparat**

Kollagen-Hydrolysat  
Glucosaminsulfat  
Mangan  
Vitamine C, E und D

