ldeal bei veganer Ernährungsweise



A R K T I S BIOPHARMA



NEU im Shop!

Vitamine und essentielle Aminosäuren für Ihr Wohlbefinden

vegan - laktosefrei - glutenfrei - hefefrei

www.sanitas.de

JETZT ONLINESHOPPEN UND SPAREN!

Besuchen Sie uns auf **www.sanitas.de**, stöbern Sie durch unser Gesamtsortiment an wertvollen Mikronährstoffpräparaten, Hautpflegeprodukten, Tees, Büchern u.v.m.

Es gibt **nur** im Online-Shop regelmäßige Aktionsangebote, mit denen Sie richtig sparen können.

Abonnieren Sie doch einfach unseren Newsletter, mit dem wir Sie gerne monatlich mit neuesten Infos rund um das Thema "Gesundheit & Ernährung" auf dem Laufenden halten möchten.

Natürlich gibt es auch immer wieder exklusiv und nur für unsere Newsletter-Abonnenten und Abonnentinnen Gutscheine, Rabattcodes oder Gewinnspiele.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem
Online-Shop
www.sanitas.de



Hinweise

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene, abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Die angegebene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Trocken, nicht über 25° C und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

ARKTIAMIN



- 8 essentielle Aminosäuren + B-Vitamine
- Optimal aufeinander abgestimmte Kombination
- 8 essentielle Aminosäuren
- Alle wichtigen B-Vitamine: B1, B2, B6 und B12 + Biotin
- Mit Folsäure (Vit. B9), Niacin (Vit. B3) und Pantothensäure (Vit. B5)
- Ideal bei veganer Ernährungsweise
- Sicherheit in Apothekenqualität
- Funktioniert und wissenschaftlich fundiert.



Aminosäuren sind die Grundbausteine der Eiweiße, die auch Proteine genannt werden. Proteine spielen im menschlichen Körper eine wichtige Rolle, übernehmen viele wichtige Aufgaben und geben den Körpergeweben Struktur. Ein gesunder, schlanker Erwachsener besteht zu ca. 14 - 18% aus Proteinen. Der menschliche Körper ist ein Wunderwerk und kann viele wertvolle Substanzen selbst bilden. Allerdings gibt es auch Grenzen. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) nennt insgesamt 21 Aminosäuren. Neun von diesen 21 Aminosäuren sind für den erwachsenen Menschen unentbehrlich. Diese kann der Körper nicht selbst herstellen und sie müssen über die Nahrung zugeführt werden. Man bezeichnet sie deshalb auch als essentielle Aminosäuren. Es handelt sich dabei um Isoleucin, Leucin, Lysin, Methionin, Phenylalanin, Threonin, Tryptophan, Valin und Histidin. Histidin nimmt unserer Einschätzung nach aber eine Sonderstellung ein, da es bei übermäßiger Gabe zu mehr Problemen als Nutzen führt.

Deshalb stufen wir Histidin eher in der Sparte der "semi-essentiellen" Aminosäuren ein und es ist in Arktiamin auch nicht enthalten.

Auch Vitamine sind wichtig, um unsere Körperprozesse aufrechtzuerhalten. Eine gesunde, abwechslungsreiche Ernährung ist die beste Grundlage für einen vitalen Körper. Allerdings gelingt es nicht immer, den Bedürfnissen unseres Körpers gerecht zu werden, zum Beispiel in stressigen Zeiten oder weil ein erhöhter Nährstoffbedarf vorliegt.

Arktiamin ist hervorragend für Menschen mit veganer oder vegetarischer Ernährungsweise geeignet. Es enthält eine besonders im Verhältnis aufeinander abgestimmte Kombination von acht essentiellen Aminosäuren, eine Auswahl der wichtigsten B-Vitamine (Vitamin B1, B2, B6, B12), Niacin (früher auch als Vitamin B3 bekannt), Folsäure (Vitamin B9), Pantothensäure (Vitamin B5) und Biotin.

Die EFSA, also die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit, hat eine Reihe von Wirkungen für bestimmte Vitamine und Spurenelemente als wissenschaftlich gesichert eingestuft. Die von der EFSA geprüften und als wissenschaftlich erwiesenen Wirkungen werden auch als gesundheitsbezogene Angaben, sogenannte "Health Claims", bezeichnet.

Im Folgenden sind die EFSA-geprüften Health Claims für die vielen wertvollen und wichtigen Inhaltsstoffe in Arktiamin aufgelistet:

Thiamin (Vitamin B1):

- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Herzfunktion bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei

Riboflavin (Vitamin B2):

- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut und normaler Schleimhäute bei
- trägt zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei
- trägt zur Erhaltung normaler Sehkraft bei
- trägt zur Erhaltung normaler roter Blutkörperchen bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen

Niacin (Vitamin B3):

- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion und einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur Erhaltung normaler Schleimhäute und normaler Haut bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei

Pantothensäure (Vitamin B5):

• trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei

- trägt zu einer normalen Synthese und zu einem normalen Stoffwechsel von Steroidhormonen, Vitamin D und einigen Neurotransmittern bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zu einer normalen geistigen Leistung bei

Pyridoxin (Vitamin B6):

- trägt zu einem normalen Eiweiß-, Glykogen- und Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems (körperliche Abwehr) bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Regulierung der Hormontätigkeit bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zur normalen Bildung roter Blutkörperchen bei
- trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Cystein-Synthese bei

Biotin (Vitamin B7):

- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haut und normaler Schleimhäute bei
- trägt zur Erhaltung normaler Haare bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zu einem normalen Stoffwechsel von Makronährstoffen bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei

Folsäure (Vitamin B9):

- hat eine Funktion bei der Zellteilung
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems (körperliche Abwehr) bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zu einer normalen Blutbildung bei
- trägt zu einer normalen Aminosäuresynthese bei
- trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- trägt zum Wachstum des mütterlichen Gewebes während der Schwangerschaft bei

Cobalamin (Vitamin B12)

- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems (körperliche Abwehr) bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei
- trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Nährstoffangaben

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (4 Kps)	NRV*
Niacin	48 mg	300 %
Pantothensäure	18 mg	300 %
Vitamin B6	4,2 mg	300 %
Vitamin B2	4,2 mg	300 %
Vitamin B1	3,3 mg	300 %
Folsäure	400 μg	200 %
Biotin	150 μg	300 %
Vitamin B12	7,5 µg	300 %
L-Leucin	608 mg	_
L-Valin	484 mg	_
L-Isoleucin	455 mg	_
L-Lysin	426 mg	-
L-Phenylalanin	393 mg	_
L-Threonin	335 mg	-
L-Methionin	244 mg	_
L-Tryptophan	122 mg	-

^{*}Nutrient Reference Value (Nährstoffbezugswert)

Verzehrempfehlung

Täglich 2 Kapseln morgens und 2 Kapseln abends vor der Mahlzeit mit viel Flüssigkeit verzehren.

Zutaten

16% L-Leucin, 13% L-Lysin-Hydrochlorid, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose, 12% L-Valin, 11% L-Isoleucin, 10% L-Phenylalanin, 8% L-Threonin, 6 % L-Methionin, 3% L-Tryptophan, 1% Niacin, Calciumpantothenat, Biotin, Cyanocobalamin, Pyridoxin-Hydrochlorid, Riboflavin, Thiamin-Hydrochlorid, Folsäure

Artikelnummer: PZN 13571980 Nettofüllmenge: 80 Kapseln (= 76 g)

Hersteller: Arktis BioPharma GmbH & Co. KG

58739 Wickede (Ruhr)

Vertrieb: sanitas - biologische Nahrungsergänzungs-

und Heilmittel GmbH & Co. KG

32839 Steinheim

VITA B12



- Ideal bei veganer Ernährungsweise
- Stärkung der Energiereserven
- Sicherheit in Apothekenqualität
- Funktioniert und wissenschaftlich fundiert
- Bioaktives Methylcobalamin
- Hochdosiert: 500 μg / Tagesdosis
- In der praktischen Pipetten-Braunglasflasche



Vitamin B12 wird täglich für viele Prozesse und Körperfunktionen benötigt. Die DGE, also die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, empfiehlt eine tägliche Aufnahme von 4µg dieses wichtigen Vitamins. Allerdings gibt es viele Gründe für einen erhöhten Bedarf, z.B. Schwangerschaft oder Stillzeit. Aber auch im höheren Alter oder durch bestimmte Krankheiten kann es zu einer Unterversorgung kommen. In tierischen Lebensmitteln (z.B. Innereien, Fleisch, Eiern, Fisch, Milchprodukten) ist Vitamin B12 in der Regel in ausreichenden Mengen vorhanden.

Wer allerdings eine vegane oder vegetarische Ernährungsweise bevorzugt, hat es schon deutlich schwerer, denn Vitamin B12 ist nur in wenigen pflanzlichen Lebensmitteln wie Knollen- und Wurzelgemüse oder Sauerkraut enthalten. Diese Mengen reichen aber meist nicht für eine bedarfsdeckende Versorgung aus. Lebensmittel tierischen Ursprungs sind also die Hauptquelle für Vitamin B12.

Vita B12 ist daher für Menschen mit veganer oder vegetarischer Ernährungsweise hervorragend geeignet, um eine tägliche Zufuhr und ausreichende Versorgung mit diesem Vitamin gewährleisten zu können, ohne auf Lebensmittel tierischen Ursprungs zurückgreifen zu müssen. Die EFSA, also die Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit, hat eine Reihe von Wirkungen für bestimmte Vitamine und Spurenelemente als wissenschaftlich gesichert eingestuft. Die von der EFSA geprüften und als wissenschaftlich erwiesenen Wirkungen werden auch als gesundheitsbezogene Angaben, sogenannte "Health Claims", bezeichnet. Die zugelassenen Health Claims für das in Vita B12 enthaltene Vitamin B12 lauten:

Cobalamin (Vitamin B12)

- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems (körperliche Abwehr) bei
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur normalen psychischen Funktion bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zu einer normalen Bildung roter Blutkörperchen bei
- trägt zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Nährstoffangaben

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (5 Tropfen)	NRV*
Vitamin B12	500 μg	20.000 %

^{*}Nutrient Reference Value (Nährstoffbezugswert)

Verzehrempfehlung

5 Tropfen täglich direkt auf die Zunge geben und schlucken.

Zutaten

Entmineralisiertes Wasser, Methylcobalamin

Artikelnummer: PZN 1132990 Nettofüllmenge: 50 ml

Nettordifficinge. 50 mil

Hersteller: Arktis BioPharma GmbH & Co. KG

58739 Wickede (Ruhr)

Vertrieb: sanitas - biologische Nahrungsergänzungs-

und Heilmittel GmbH & Co. KG

32839 Steinheim

VITA D3-K2



- Sonnenvitamin D3 mit 1.000 I.E.
- Plus Vitamin K2
- Praktische Pipettenflasche
- Nur 1 Tropfen pro Tag
- Ideal bei veganer Ernährungsweise
- Sicherheit in Apothekenqualität
- Funktioniert und wissenschaftlich fundiert



Vitamin D3 wird auch als "Sonnenvitamin" bezeichnet, denn der menschliche Körper benötigt Sonnenstrahlen, damit er ausreichend Vitamin D herstellen kann. Doch manchmal reicht die Sonneneinstrahlung nicht aus: Entweder, weil es in der dunklen Jahreszeit nicht genügend Sonnenstrahlen gibt und wir dazu meist viel zu selten draußen unterwegs sind. Oder die körpereigene Synthese, also Herstellung von Vitamin D3, ist selbst in den hellen Monaten durch Verwendung von Sonnenschutzmittel, die Kleidung (z.B. Verschleierung, lange Hosen oder Hemden) oder schlichtweg durch die Hautpigmentierung eingeschränkt. Wesentliche Faktoren, welche die Bildung von Vitamin D in der Haut beeinflussen, sind also der Breitengrad des Wohnorts, die Dauer des Aufenthalts im Freien, die Verwendung von Sonnencreme, die Jahreszeit bzw. Tageszeit der Besonnung, die Bekleidung, der Bräunungsgrad der Haut, die Größe der exponierten Hautfläche, aber auch

die Zusammensetzung der Nahrung. Zur Aufnahme von Vitamin D über die Nahrung ist allenfalls ein ausreichender Fischverzehr, z.B. von Lachs, Sardine, Thunfisch oder eines Konzentrats aus der Fischleber (Lebertran), geeignet. Dies ist für Menschen, die eine vegane oder vegetarische Ernährung bevorzugen, natürlich keine Option.

Und woher bekomme ich nun mein Vitamin D?

Die Vielzahl der o.g. Faktoren macht sehr deutlich, dass es schwierig sein kann, im Alltag ausreichend Sonnenstrahlung aufzunehmen. Hier ist unsere Vitamin D3-K2 Kombi eine sehr sinnvolle Unterstützung. Eine ausreichende Versorgung mit Vitamin D ist sehr wichtig, denn Vitamin D hat viele Aufgaben im Organismus:

Vitamin D

- trägt zur Mineralisation von Knochen und Zähnen bei
- trägt zu einer normalen Aufnahme und Verwertung von Calcium und Phosphor und zu einem normalen Calciumspiegel im Blut bei
- leistet einen Beitrag zur Erhaltung normaler Knochen und Zähne und zu einer normalen Muskelfunktion
- trägt zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei
- hat eine Funktion bei der Zellteilung

Vitamin K2

Im Produkt zusätzlich enthalten ist Vitamin K2. Dieser Nährstoff soll die positiven Effekte von Vitamin D3 verstärken, indem er Proteine wie Osteocalcin aktiviert und das Calcium so besser verwertbar macht.

Funktionsprinzip

Mithilfe von Vitamin D nimmt der Körper das Calcium aus der Nahrung im Darm auf, doch der Nährstoff soll auch an die richtige Stelle. Deshalb transportieren die von Vitamin K2 mobilisierten Proteine das Calcium in die Hartsubstanz von Zähnen und Knochen.

Eine Einschränkung gibt es allerdings: Wenn Sie gerinnungshemmende Arzneimittel (vom Cumarintyp) einnehmen, ist dieses Produkt leider nicht geeignet, denn das enthaltene Vitamin K2 kann die Arzneimittelwirkung beeinträchtigen.

Nährstoffangaben

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (1 Tropfen)	NRV*
Vitamin D3	25 μg**	500 %
Vitamin K2	20 μg	27 %

^{*%} NRV: Nutrient Reference Value (Nährstoffbezugswert)

^{**} $25 \mu g = 1.000 I.E.$

Verzehrempfehlung

Täglich 1 Tropfen einnehmen

Wichtig! Wenn Sie gerinnungshemmende Arzneimittel (vom Cumarintyp) einnehmen, ist dieses Produkt leider nicht für Sie geeignet, denn das enthaltene Vitamin K2 kann die Arzneimittelwirkung beeinträchtigen.

Zutaten

MCT-Öl auf Kokosbasis, Cholecalciferol aus Flechten, Menachinon-7

Artikelnummer: PZN 18092379

Nettofüllmenge: 30 ml

Hersteller: Arktis BioPharma GmbH & Co. KG

58739 Wickede (Ruhr)

Vertrieb: sanitas - biologische Nahrungsergänzungs-

und Heilmittel GmbH & Co. KG

32839 Steinheim

sanitas GmbH & Co. KG Billerbecker Str. 67 32839 Steinheim