

Gefäß-Aktiv

Vitalstoff-Formel für Adern und Gefäße

Zum Diätmanagement bei

- leichtem Bluthochdruck
- Durchblutungsstörungen im Frühstadium der Arteriosklerose
- Diabetiker-Durchblutungsstörungen



Informationen

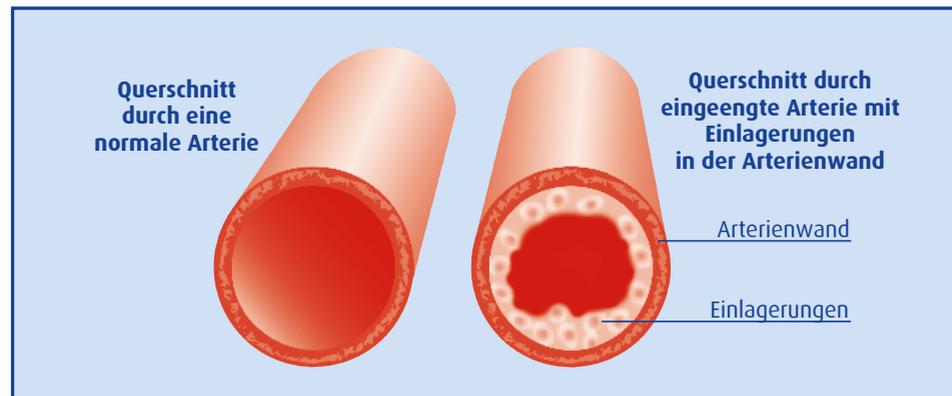
Vitale Gefäße – unentbehrlich für die Gesundheit

„Der Mensch ist so alt wie seine Gefäße“, sagt man in Mediziner-Kreisen. Was steckt dahinter? Elastische Gefäße sind für Gesundheit und Vitalität unentbehrlich: Nur sie garantieren die reibungslose Blutversorgung aller Zellen.

Ebenso bedeutsam ist der Abtransport von Stoffwechsellrückständen durch dieses flexible Leitungssystem des Körpers. Jede einzelne Zelle kann nur so gut funktionieren, wie sie mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt und von Abbauprodukten befreit wird. Eine Verengung im Gefäßsystem verschlechtert die Versorgung der betroffenen Zellen. Eine Verengung und Verhärtung von Arterien durch Ablagerungen an den Innenwänden bezeichnet man als Arteriosklerose.

Die Arteriosklerose

Die Verengung der Arterien zählt zu den wichtigsten Ursachen für Herz-Kreislaufbeschwerden. Der Volksmund spricht von „Gefäßverkalkung“. Wie kommt es dazu?



In die Gefäßwände lagert sich immer mehr Plaque, wie z. B. Fette oder Blutfette, ein. Sie verlieren ihre Elastizität, der Gefäßdurchmesser verengt sich zunehmend. Die Folge ist, dass das Blut nicht mehr ungehindert fließen kann. Davon können die Arterien des gesamten Körpers betroffen sein. Die Arteriosklerose ist die häufigste Gefäßkrankung in den Industrieländern.

Risikofaktoren für die Arteriosklerose

Viele Menschen sind mit zunehmendem Alter von der Arteriosklerose betroffen. Wie stark sie ausgeprägt ist, hängt allerdings von bestimmten Risikofaktoren ab. Dazu gehören unter anderem:

- ungesunde Ernährung und Übergewicht
- Lebensstil (Stress, Bewegungsmangel)
- Rauchen
- Bluthochdruck
- erhöhte Blutfett- und Cholesterinwerte
- Diabetes (Zuckerkrankheit)

Risikofaktoren abbauen

Die wirkungsvollste und wichtigste Möglichkeit der Therapie und Prophylaxe von Arteriosklerose ist die Veränderung der Lebensgewohnheiten. Zu den wesentlichen Maßnahmen gehören in erster Linie regelmäßige Bewegung und der Verzicht auf das Rauchen. Körperliche Aktivität stärkt die Leistungsfähigkeit des Herz-Kreislauf-Systems und hilft, das Gewicht zu reduzieren.



Die Ernährung ist von entscheidender Bedeutung

Bei der Behandlung und Vorbeugung der Arteriosklerose kommt der Ernährung eine entscheidende Bedeutung zu. Auch wenn Veranlagung, eine bestehende Diabetes (Zuckerkrankheit), seelische Faktoren und Stress Einfluss auf die Erkrankung nehmen, kommt man um grundlegende Veränderungen in den Ernährungsgewohnheiten nicht herum.

Heute ist die zentrale Bedeutung des Fettstoffwechsels bei der Entstehung von Arteriosklerose allgemein bekannt. Beobachtungen großer Bevölkerungsgruppen, die sich teilweise über Jahrzehnte erstreckten, haben ergeben, dass vorbeugende ernährungstherapeutische Maßnahmen effektiv sind und vor allem das Risiko einer Herzerkrankung reduzieren können.



So sollte die Ernährung aus viel Obst und Gemüse sowie möglichst hochwertigen Pflanzenfetten wie zum Beispiel Olivenöl oder Rapsöl bestehen. Der Verzehr von Butter, Eiern, fettem Fleisch, fetter Wurst und fettem Käse sollte hingegen stark eingeschränkt werden weil darin viel für den Körper ungünstiges Cholesterin enthalten ist.

Wichtige Vitalstoffe bei Arteriosklerose

Zur Unterstützung der Ernährungsmaßnahmen sind bestimmte Vitamine und auch andere Nährstoffe sinnvoll. Von besonderer Bedeutung ist der Eiweißbaustein L-Arginin.

L-Arginin

ist eine körpereigene Aminosäure (Eiweißbaustein). Sie wird im menschlichen Organismus in einen natürlichen Botenstoff Stickstoffmonoxid (NO) umgewandelt und trägt daher auch die Bezeichnung NO-Donator.

NO hat im Organismus wichtige Funktionen, insbesondere im Herz-Kreislauf-System. Es entspannt die Gefäße und fördert dadurch die Durchblutung. Dies ist besonders wichtig bei Personen mit Gefäßverengungen. Bei Gesunden wird genügend L-Arginin in NO umgewandelt. Für diese Personen ist die L-Arginin-Menge in der Nahrung meist ausreichend.



- ✓ NO entspannt die Gefäße
- ✓ fördert die Durchblutung
- ✓ senkt den Blutdruck

Insbesondere bei unausgewogener Ernährung und verschiedenen Krankheiten (z. B. Arteriosklerose, gefäßbedingtem Bluthochdruck, Gefäßerkrankungen) besteht bei Erwachsenen in der Regel ein zusätzlicher Bedarf an L-Arginin.

Vorkommen von L-Arginin in Lebensmitteln

L-Arginin-Gehalt pro 100 g Lebensmittel:

Erdnüsse	3460 mg	Rindfleisch, Filet	1470 mg
Sojabohnen, getrocknet	2360 mg	Forelle	1400 mg
Walnüsse	2090 mg	Thunfisch	1250 mg
Garnelen	1740 mg	Haferflocken	870 mg
Hühnerbrust	1550 mg	Dinkelmehl	700 mg
Schweinefleisch, Filet	1520 mg	Weizen, ganzes Korn	620 mg

(Quelle: Souci et al.: Die Zusammensetzung der Lebensmittel, 6. Auflage, 2000)

L-Arginin ist in der Nahrung hauptsächlich in Nüssen, Fleisch, Fisch und auch Getreide enthalten. Um den nötigen zusätzlichen Bedarf mit der Ernährung zudecken, müssten hohe Mengen an argininreichen Lebensmitteln verzehrt werden. Dies bedeutet häufig eine erhöhte und unerwünschte Zufuhr an Fetten, was wiederum den Prinzipien der herzgesunden Ernährung widerspricht.

Deshalb empfiehlt sich die ergänzende Zufuhr von L-Arginin in Form eines diätetischen Lebensmittels wie Gefäß-Aktiv.

Vitalstoffe für Adern und Gefäße

Der L-Arginin-Verstärker L-Citrullin

Bei Personen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen ist in der Regel die Bindung von NO aus L-Arginin reduziert. Zusätzlich wird bei hoher L-Arginin-Zufuhr durch die Nahrung aber auch der Abbau von L-Arginin in der Leber beschleunigt. Dem kann man entgegenwirken, indem man den natürlichen Eiweißbaustein L-Citrullin dazu gibt. L-Citrullin ist eine Vorstufe von L-Arginin und wirkt sozusagen als L-Arginin-Verstärker.

L-Citrullin wird im Körper in L-Arginin umgewandelt und ist damit eine wichtige Ergänzung für die Aufrechterhaltung eines hohen L-Argininspiegels. Durch diese sinnvolle Kombination kann mehr L-Arginin im Körper für die Entspannung der Gefäße vorliegen.

Vitamine für Herz und Gefäße

Die Vitamine B₂, B₆, B₁₂ und Niacin wirken sich positiv auf den Energiestoffwechsel und eine normale Funktion des Nervensystems aus.

Die Vitamine B₂, B₆ und B₁₂ tragen auch zur Bildung roter Blutkörperchen bei. Vitamin C + E leisten einen Beitrag zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress.

Besonders wichtig für Diabetiker

Auch für Diabetiker ist häufig aufgrund einer krankheitsbedingt frühzeitig einsetzenden „Verkalkung“ der Adern eine zusätzliche diätetische Versorgung mit L-Arginin, L-Citrullin und Vitaminen sinnvoll.

Gefäß-Aktiv

Vitalstoff-Formel für Adern und Gefäße

Gefäß-Aktiv ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zum Diätmanagement bei leichtem Bluthochdruck, Durchblutungsstörungen im Frühstadium der Arteriosklerose und Diabetiker-Durchblutungsstörungen.

Gefäß-Aktiv enthält eine spezielle, nach ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen abgestimmte Vitalstoffkombination mit

- einem hohen Gehalt an L-Arginin
- L-Citrullin, dem L-Arginin-Verstärker
- einer ausgewählten Kombination mit den Vitaminen B₂, B₆, B₁₂, Niacin, C und E



Gefäß-Aktiv-Pulver, eingerührt in Wasser oder Fruchtsäfte, ergibt ein wohlschmeckendes Getränk mit Orangengeschmack.

Verzehrempfehlung

Einmal täglich einen Portionsbeutel in 200 – 300 ml kaltes Wasser oder Fruchtsaft einrühren und gleich trinken. Das Pulver kann auch in Joghurt (nicht in Milch) eingerührt werden.

Gefäß-Aktiv

Vitalstoff-Formel für Adern und Gefäße

**Hoher Gehalt
je Tagesportion:**
4.000 mg L-Arginin
2.000 mg L-Citrullin



Wichtiger Hinweis

Nur unter ärztlicher Aufsicht verwenden. Nicht zur Verwendung als einzige Nahrungsquelle geeignet. Nicht für Kinder, Schwangere und Stillende geeignet. Aufgrund des besonderen Nährstoffbedarfs sind die Gehalte an Vitamin B₂, B₆, B₁₂, C, E und Niacin erhöht.

Gefäß-Aktiv enthält L-Arginin. Durch L-Arginin kann es theoretisch zu ähnlichen Wirkungen und damit zur Wirkungsverstärkung von Mitteln zur Behandlung erektiler Dysfunktion (Erektionsstörungen) kommen, sofern es sich bei diesen um sogenannte PDE-5-Hemmer wie z. B. Sildenafil (Viagra®), Vardenafil (Levitra®) oder Tadalafil (Cialis®) handelt. Ebenso kann theoretisch die Wirkung von Mitteln zur Behandlung bestimmter Herzbeschwerden verstärkt werden, wenn es sich dabei um Medikamente der sogenannten Klasse der NO-Donatoren handelt. Die empfohlene Verzehrsmenge darf daher nicht überschritten werden.

Gefäß-Aktiv ist vegan, frei von Lactose und Gluten.

Diese Broschüre wurde Ihnen überreicht durch:

hübner
gesundheit leben

ANTON HÜBNER GmbH & Co. KG
Schloßstraße 11-17, 79238 Ehrenkirchen, Germany

Verbraucher-Service:
Tel.: 07633 909-0 • Fax: 07633 909-202
info@huebner-vital.de • www.huebner-vital.de

