



Anti Aging mit Mikronährstoffen – Bedeutung von Vitaminen und Spurenelementen für Gesundheit und Fitness

Von Navitum

Erstellt am 7 Jun 2011 - 07:03

In der zweiten Lebenshälfte treten für viele Menschen der Erhalt und die Förderung der körperlichen und geistigen Fitness in den Mittelpunkt des Interesses. Dafür wird viel investiert. Mann joggt, geht ins Fitnessstudio oder bucht ein Wellnesswochenende. Aber mindestens genauso wichtig ist es, auf eine gesunde Ernährung zu achten und den Körper optimal mit Mikronährstoffen zu versorgen. Denn für die optimale körperliche und geistige Leistungsfähigkeit braucht unser Körper täglich viele Mikronährstoffe aus der Gruppe der Vitamine und Spurenelemente. Jedoch wird gerade mit zunehmendem Alter immer häufiger beobachtet, dass die Versorgung mit diesen Mikronährstoffen nicht mehr optimal ist. Die Folge: Die Blutspiegel der entsprechenden Vitamine und Spurenelemente sind zu niedrig. Auch in Deutschland und nicht nur bei den Alten.

Die Minderversorgung mit wichtigen Mikronährstoffen kann sich negativ auf die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit auswirken. Das zeigen immer wieder einschlägige Forschungsstudien am Beispiel der B-Vitamine und jetzt ganz aktuell an dem Vitamin D. In einer renommierten amerikanischen Fachzeitschrift wurden die interessanten Ergebnisse einer europäisch-amerikanischen Forschergruppe zur Bedeutung von Vitamin D für die geistige Leistungsfähigkeit im Alter veröffentlicht. Erstmals wird in dieser Studie klar und eindeutig der Zusammenhang zwischen niedrigen Blutspiegeln an Vitamin D und der geistigen Leistungsfähigkeit älterer Menschen hergestellt. Die jährliche Abnahme der geistigen Leistungsfähigkeit ist umso größer, je schlechter die Versorgung der Menschen mit Vitamin D ist. Im Klartext heißt dieser Befund, dass eine nicht optimale Versorgung mit Vitamin D eine der Ursachen für Altersdemenz sein kann. Das gilt analog auch für andere Vitamine. Nun hat die Nationale Verzehrstudie 2008 ergeben, dass breite Teile der Bevölkerung in Deutschland nicht optimal mit wichtigen Vitaminen versorgt sind. Das gilt nicht nur für ältere Menschen oder sozial Benachteiligte. Nein, alle Schichten und alle Altersgruppen sind mehr oder weniger ausgeprägt betroffen. Es macht also Sinn, im Rahmen von Anti-Aging-Bemühungen auf die optimale Versorgung mit Mikronährstoffen wie Vitaminen und Spurenelementen zu achten. Daher sind Vitamine einschließlich Vitamin D, Spurenelemente und Mineralstoffe wie in MemoVitam® eine gute Wahl für Menschen die aktives Anti-Aging betreiben und ihre geistige Fitness im Alter erhalten möchten. MemoVitam® beruht auf einer Studie zur Vorbeugung von Demenz, in der gezeigt wurde, dass das Risiko für Demenz mit einer Mikronährstoffmischung wie in MemoVitam® deutlich gesenkt werden kann. Zusätzlich zeigte die Studie ein weiteres wichtiges Ergebnis. Mit der Einnahme dieser Mikronährstoffmischung wurde auch gleichzeitig das Immunsystem gestärkt, so dass es im Verlauf des Jahres zu weniger Infekten kam. MemoVitam® (PZN 4604226) ist in Apotheken oder direkt bei Navitum Pharma erhältlich. Es wird von Ärzten zur Vorbeugung von altersbedingten Gedächtnisstörungen und Demenz empfohlen. Auch stehen günstige 3-Monatspackungen (PZN 0253876) und 6-Monatspackungen (PZN 5858064) von MemoVitam® zur sinnvollen längerfristigen Anwendung zu Verfügung. Wegen der einzigartigen Zusammensetzung sollten diese Produkte durch die Apotheke nicht gegen andere Produkte ausgetauscht werden, auch wenn sie ähnlich erscheinen. Jede Apotheke kann MemoVitam® ohne Zusatzaufwand direkt bei Navitum Pharma versandkostenfrei beziehen. Sollte eine Apotheke diesen Service einmal nicht anbieten können, kann der Kunde das gewünschte Produkt auch direkt von der Firma versandkostenfrei bestellen. Weitere Informationen sind unter www.navitum-pharma.com [1] oder 0611-58939458 verfügbar. Sie können Navitum auch auf <http://blog.navitum.de/> [2] besuchen. Dort sind weitere interessante Hintergrundinformationen zu Gesundheitsthemen abgelegt.

Quelle: Llewellyn DJ et al. Arch Int Med; 170 (13) Juli 2010, RK Chandra; Nutrition 2001; 17(9):709-12

Navitum Pharma GmbH

Dr. Gerhard Klages

Am Wasserturm 29

65207 Wiesbaden

Tel: 0611-58939458



FAX: 0611-9505753

E-Mail: Gerhard.Klages@navitum.de [3]

Web: www.navitum-pharma.com [1]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 30 Dez 2020 - 21:52): <http://medkom24.eu/node/14217>

Links:

[1] <http://www.navitum-pharma.com>

[2] <http://blog.navitum.de/>

[3] <mailto:Gerhard.Klages@navitum.de>