



## Mal nachgefragt – Was ist aus den guten Vorsätzen für das Neue Jahr geworden

Von Navitum

Erstellt am 21 Mär 2013 - 15:42

Nun ist das Jahr 2013 auch schon wieder ein paar Monate alt. Wie war das noch mit den guten Vorsätzen zum Jahreswechsel? Viele wollten doch auch einiges für die Gesundheit tun, sich mehr bewegen, mit dem Rauchen aufhören, gesünder essen und überhaupt bewusster leben. Hat es geklappt oder sind die guten Vorsätze im Alltagsstress untergegangen? Natürlich ist klar, dass die meisten von uns ihr Leben sicherlich nicht von Grund ändern können oder auch wollen. Kleine Hilfen, die das Leben vielleicht ein bisschen gesünder gestalten sind, jedoch herzlich willkommen. Dazu können auch gut ausgewählte Präparate mit Mikronährstoffen gehören.

Millionen Deutsche schlucken tagtäglich diverse Pillen mit Vitaminen, Spurenelementen, Antioxidantien und anderen Mikronährstoffen. Sie alle verbindet die Hoffnung auf ein gesundes, vielleicht sogar längeres Leben. Wenige haben Zweifel daran, dass das was bringt. Fragt man Experten, so hängt die Antwort davon ab, welchem Lager sie angehören. Sind es Ernährungswissenschaftler und Ernährungsberater, so hört man häufig die Antwort: „Nein, Pillen bringen nichts. Nur gesunde Ernährung mit viel Obst und Gemüse ist gut für die Gesundheit.“ Fragt man einen Arzt der Fachrichtung orthomolekulare Medizin, so könnte die Antwort so klingen: „Sinnvoll ausgewählt, können Pillen mit Mikronährstoffen einen großen Betrag in der Gesundheitsvorsorge leisten.“ Wer hat denn nun Recht? Die Antwort auf diese Frage gibt wie so häufig in diesem Bereich eine Forschungsarbeit aus den USA. Die Forscher untersuchten mehrere Hundert Amerikaner, die entweder Mikronährstoffe in Form von Pillen zu sich nahmen, oder die nichts dergleichen taten. Die Ergebnisse waren eindeutig. Die Verwender von Vitalstoffen standen in allen untersuchten gesundheitsrelevanten Parametern besser da als die Nicht-Verwender dieser lebenswichtigen Vitalstoffe. Sie wiesen wesentlich bessere Blutfett- und Cholesterin-Werte auf, hatten einen niedrigeren Blutdruck, erkrankten weniger an Diabetes und hatten einen insgesamt deutlich besseren Versorgungsstatus mit Vitalstoffen. Nach diesen Ergebnissen macht es also Sinn, gezielt mit Mikronährstoffen und Vitalstoffen Vorsorge zu betreiben. Die Frage ist allerdings: Wie und Womit? Es macht sicherlich keinen Sinn, alles quer durch die Angebotspalette zu schlucken oder auf irgendwelche Wunderversprechen zu setzen. Die „Omnipille“ für und gegen alles gibt es definitiv nicht und sie wird es auch nie geben. Es gibt jedoch bestimmte Mikronährstoffkompositionen, die für klar umrissene Gesundheitsziele empfehlenswert sein können. Deshalb ist es sinnvoll auf Präparate mit Evidenz basierter Grundlage zu vertrauen. Diese gewährleisten, dass sie für ein bestimmtes Gesundheitsziel nach wissenschaftlichen Kriterien dokumentiert sind. Navitum Pharma entwickelt und vertreibt ausschließlich Präparate, die auf Basis von aktuellen wissenschaftlichen Studien für bestimmte, klar definierte Gesundheitsziele entwickelt wurden. Zusammensetzung und Dosierung der Präparate folgen streng wissenschaftlichen Kriterien und entsprechen der ernährungsphysiologischen Studienlage im entsprechenden Anwendungsgebiet. Das gilt für ArtVitum® bei Gelenksbeschwerden, OmVitum® zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen ebenso wie für ProVitum® zur Erhaltung der Prostatagesundheit und alle anderen Präparaten der Firma. Alle Präparate können auch über Amazon unter diesem Link <http://www.amazon.de/gp/product/B0041M7NDU> [1] versandkostenfrei bezogen werden.

Neu: Jetzt ist Navitum auch auf facebook (<http://facebook.de/navitum> [2]) vertreten.

Quelle: Block G, et al. Nutr J. 2007 Oct 24;6(1):30

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-18843740 oder 0611-58939458

FAX: 0611-18843741

E-Mail: [bestellung@navitum.de](mailto:bestellung@navitum.de) [3]

Web: [www.navitum-pharma.com](http://www.navitum-pharma.com) [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)



**Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 03:04):** <http://medkom24.eu/node/17483>

### Links:

[1] <http://www.amazon.de/gp/product/B0041M7NDU>

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

[3] <mailto:bestellung@navitum.de>

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