



Vitamine helfen geistige Fitness zu erhalten – Alzheimer Demenz häufiger bei Vitamin Unterversorgung

Von Navitum

Erstellt am 30 Jan 2013 - 09:08

Eine gesunde Ernährung ist der Schlüssel zu Gesundheit und Fitness. Daran kann es überhaupt keinen Zweifel geben. So hat kürzlich wieder eine Studie aus den USA gezeigt, dass regelmäßiger Verzehr von Obst, Gemüse und Vollkornprodukten die Chance auf ein längeres Leben bietet. Aber nicht nur das. Auch auf die geistige Leistungsfähigkeit hat die Qualität des Essens Einfluss. So gibt es viele Studienbelege dafür, dass gutes, vitaminreiches und ausgewogenes Essen schlau macht und die geistige Fitness verbessert. Umgekehrt zeigen aber auch ganz aktuelle Studien, dass der Mangel an Mikronährstoffen wie Vitaminen, der durch eine schlechte Ernährung hervorgerufen wird, vermehrt zu Demenz, einschließlich Alzheimer führen kann.

Der positive Zusammenhang zwischen gesunder Ernährung und geistiger Leistungsfähigkeit ist altersunabhängig. Es lohnt sich also in jedem Alter die geistige Leistungsfähigkeit durch gesundes Essen zu fördern. Auch der zusätzliche Verzehr von Vitaminen und anderen Mikronährstoffen macht sich positiv bemerkbar. Das zeigen mehrere Studien, in denen der Zusammenhang zwischen Verzehr von Vitaminen und geistiger Leistungsfähigkeit, Lebenserwartung oder Gesundheit im Alter untersucht wurde. Die Ergebnisse der Studien zeigen immer in die gleiche Richtung: Je besser die Versorgung mit Vitaminen, desto größer die Fitness und Gesundheit im Alter und desto geringer der Abfall der geistigen Leistungsfähigkeit. Bei uns in Deutschland ist die Versorgung mit Vitaminen und Mikronährstoffen bei weitem nicht optimal. Das kann fatale Folgen haben. So haben mehrere Studien aus den letzten Monaten auf den Zusammenhang zwischen niedrigen Vitamin Spiegeln und Demenz und Alzheimer hingewiesen. Je schlechter die Versorgung mit z.B. bestimmten B-Vitaminen und Vitamin D ist, umso größer das Risiko für Demenz. Deshalb sind eine gute gesunde Ernährung und die ergänzende Einnahme von Vitaminen hervorragend geeignet die altersbedingte Abnahme der geistigen Leistungsfähigkeit zu verzögern. Die angesprochenen Studien sind ein weiterer Beleg dafür, dass Fitness, speziell die geistige Fitness im Alter mit relativ einfachen Mitteln effektiv und kostengünstig erreichbar ist. Den Beweis dafür hatten Forscher der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aus Kanada bereits vor einigen Jahren angetreten. Sie konnten zeigen, dass die Gedächtnisleistung durch gezielte Einnahme bestimmter Antioxidantien verbesserbar ist! Ältere Menschen, die ein Jahr lang einen Cocktail aus bestimmten Vitaminen und anderen Mikronährstoffen verzehrten, zeigten eine deutlich bessere geistige Leistungsfähigkeit als solche, die das nicht taten. Auch ihre Gesundheit war besser. Die Forscher schlossen daraus, dass durch die gezielte Einnahme von 18 speziellen Mikronährstoffen der Eintritt der Alzheimer Demenz verzögert werden kann und die geistige Fitness erhalten bleiben kann. Navitum Pharma stellt auf Basis dieser zukunftsweisenden Forschungsergebnisse ein Produkt unter dem Namen MemoVitam® zur Verfügung, das genau die von den Forschern eingesetzten 18 Vitamine und Mikronährstoffe enthält. MemoVitam® (PZN 4604226) ist in Apotheken, auch Internetapotheken, guten Gesundheitszentren und direkt bei Navitum Pharma erhältlich. Es wird von Ärzten und Apothekern zur ernährungsphysiologischen 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 und der Studiendokumentation sollten dieses Produkt 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.

Neu: Jetzt ist Navitum auch auf facebook (<http://facebook.de/navitum> [1]) vertreten.

Quelle: Annweiler C et al. J Alzheimers Dis. 2012 Oct 5. [Epub ahead of print]

; O'Leary F. et al. Br J Nutr. 2012 Oct 19;114:1-14. [Epub ahead of print]; Peterson A. et al.

J Nutr Health Aging. 2012;16(10):898-901. doi: 10.1007/s12603-012-0378-4.; Chandra RK, Nutrition 2001; 17(9):709-12

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-18843740 oder 0611-58939458

FAX: 0611-18843741 oder 0611-9505753

E-Mail: bestellung@navitum.de [2]



Web: www.navitum-pharma.com [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:53): <http://medkom24.eu/node/17261>

Links:

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

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

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