

Nutrival

Firma

Nutrival

Senta Gerhardt
van-Delden-Str. 8
48529 Nordhorn

Tel.: 05921/858960
Fax: 05921/858968
E-mail: info@nutrival.de

Basic Power

Produktprofil

Basic Power bietet im Vergleich zu vielen anderen Präparaten ein **komplettes Nährstoffsystem** hochdosierter Mikronährstoffe mit dem Inhaltsprofil vielfältigster Pflanzenkonzentrate mit höchster Nährstoffdichte.

Die Formel enthält zusammen mit den Vitaminen C, E und β -Carotin einen moderaten B-Komplex für maximale Drüsenfunktion, Sauerstoffaufnahme, ATP-Produktion und Zellaufbau. Bei der ausgewogenen Mischung der Mineralien-Chelate werden Aminosäuren und Peptide aus Vollkornreis genommen.

Das **vollwertige Nährstoffkonzentrat** beinhaltet u.a. Aminosäuren (L-Carnitin und L-Cystein zur Umwandlung von Fett in Energie, bzw. zum Schutz gegen freie Radikale, Enzyme (zur Verdauung), Nukleinsäuren (zur Zell-Regeneration), Bioflavonoide (Wirkung von Vitamin C, Stärkung der KapillargefäÙe) und Lipide (GLA für die Drüsenfunktion). Alles in wirksamen Mengen. Spirulina, Blütenpollen, Ginseng und Octacosanol sind die hochkonzentriertesten, natürlichen Nährstoffvorkommen.

Aus dem Zusammenwirken all dieser Nährstoffe ergibt sich ein synergistischer Effekt, der einen Energieschub erleben lässt.

Basic Power ist **hypoallergen** (d.h. es ruft keine allergischen Reaktionen hervor), vegetarisch, es enthält kein Weizen, Mais, Soja, Milch, Salz, Zucker oder Stärke, sowie keinerlei gentechnisch veränderte Ausgangsprodukte oder Inhaltsstoffe.

Basic Power wurde nach höchstem Produktionsstandard für die Produktion solcher Präparate in Deutschland produziert.

Wirkprofil der wichtigsten Inhaltsstoffe:

Vitamin C mobilisiert die Abwehrkräfte, schützt vor Stress, wirkt regulierend auf den Cholesterinspiegel, entgiftet, stärkt die Herztätigkeit und hilft mit beim Aufbau des Bindegewebes. Ferner wird es benötigt zur Vorbeugung vorzeitiger Alterungsprozesse und zum Schutz der DNS. Vitamin C ist notwendig für eine ordnungsgemäÙe Gehirntätigkeit und zur Gesunderhaltung der Augen, der BlutgefäÙe, des Herzens, der Knochen, der Zähne und des Zahnhalteapparates. Vitamin C leistet einen Beitrag in der Prävention der Arteriosklerose und Krebserkrankungen. Es gehört zur Gruppe der Antioxidantien, d .h .es ist in der Lage, freie Radikale abzufangen.

Vitamin E ist ein natürlicher Zellschutz, es unterstützt Herz und Kreislauf, es hat einen positiven Einfluss auf den Blutdruck, es verhindert Blutgerinnsel und es sorgt für die Funktionstüchtigkeit von Muskeln, Nerven und Augen. Daneben ist dieses Vitamin wichtig zur Bildung und zum Schutz der roten Blutkörperchen. Gemeinsam mit Vitamin A ist es von

Bedeutung für korrekte Funktionsabläufe in den weiblichen und männlichen Keimdrüsen. Weiterhin ist es hilfreich zur Gesunderhaltung der Haut und der Schleimhäute. In Verbindung mit anderen Vitalstoffen ist Vitamin E eine „Altersbremse“, es fördert die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Es ist besonders wichtig in der Prävention von Krebs und Herz-Kreislauferkrankungen. Vitamin E ist wie Vitamin C ein Antioxidans, beide Vitamine regenerieren sich gegenseitig. Das Spurenelement Zink wird benötigt für einen ausreichenden Vitamin E-Spiegel im Organismus.

Vitamin B1 ist beteiligt am Kohlenhydratstoffwechsel und damit an der Energiegewinnung. Es unterstützt die Nerven- und Gehirnaktivitäten, das Herz-Kreislaufsystem, die Muskeltätigkeit, die Darmfunktion und gibt Hilfestellung beim Aufbau des Insulins. Ferner ist es wichtig für normalen Appetit.

Vitamin B2 ist wichtig für den Kohlenhydrat-, Eiweiß- und Fettstoffwechsel und ist damit beteiligt an der Energiegewinnung. B2 wird benötigt, damit Haut, Schleimhäute, Haare und Nägel gesund bleiben. Es hilft mit bei der Aufnahme von Vitamin B6 und Eisen, ferner unterstützt es Gehirnaktivitäten. Daneben wird es benötigt zum Auf- und Abbau der roten Blutkörperchen und zur Synthese von Insulin.

Vitamin B6 ist unerlässlich im Stoffwechsel der Aminosäuren (Bausteine der Eiweiße), der Fettsäuren und des Cholesterins. Vitamin B6 wird benötigt für ordnungsgemäße Nerven- und Gehirnfunktionen, für die Entgiftung, zur Stärkung der Abwehrkräfte, es ist Haut- und Schleimhautschutz, es erhöht die Stressresistenz und hat einen positiven Einfluss auf die Muskelaktivität, es hemmt die Bildung von Homocystein und es hält den Natrium-Kaliumspiegel im Gleichgewicht. Besonders wichtig ist B6 zum Aufbau der DNS und RNS (genetische Information). Vitamin B6 spielt in der Prävention von Arteriosklerose und Krebserkrankungen eine unverzichtbare Rolle.

Vitamin B12 muss für die Zellerneuerung zur Verfügung stehen, es sorgt für die Gesunderhaltung des Blutes, es stärkt die Abwehrkräfte und es ist wichtig für korrekte Abläufe im Gehirn.

Niacin (B3) ist beteiligt am Stoffwechsel der Kohlenhydrate, der Fette, der Eiweißkörper (Proteine) und des Cholesterins. Niacin unterstützt die korrekten Aktivitäten des Gehirns und des Nervensystems. Es ist notwendig für die Energiegewinnung, zur Gesunderhaltung von Haut und Schleimhäuten, es erhöht die Stressresistenz und wirkt mit bei Entgiftungstätigkeiten und beim Aufbau von Sexualhormonen.

Pantothensäure (B5) ist unentbehrlich im Stoffwechsel der Kohlenhydrate, der Fette und der Proteine. Deshalb spielt es eine Rolle bei der Energiegewinnung. Es hilft, das Haut und Schleimhäute gesund bleiben, es stärkt die Abwehrkräfte, erhöht die Stressresistenz und unterstützt die Verdauung.

Folsäure wird benötigt im Stoffwechsel der Nucleinsäuren (Zellkerneiweiß), es ist wichtig zur Zellteilung und –erneuerung, für die Blutbildung, zur Unterstützung der Abwehrkräfte, es fördert ordnungsgemäße Hirnaktivitäten und hilft mit, damit Haut und Schleimhäute gesund bleiben. Folsäure, B6 und B12 reduzieren den Homocysteinspiegel. Folsäure ist damit auch ein Schutzfaktor gegen Arteriosklerose.

Biotin hat einen großen Einfluss auf den Stoffwechsel der Kohlenhydrate, der Fette und der Aminosäuren. Es hält Blutzellen, das Nervengewebe, die Haut und die Haare gesund.

PABA, Para-Aminobenzoesäure, ist ein Bestandteil von Folsäure. PABA unterstützt die Bildung von roten Blutkörperchen, es schützt die Haut vor Sonnenbrand und Krebs, es trägt zur Gesunderhaltung von Haut und Haaren bei. Ferner ist es wichtig für eine gesunde Darmflora.

Vitamin A (Beta-Carotin als Vorstufe) unterstützt die Abwehrkräfte, die Gesunderhaltung der Haut, daneben ist es von Bedeutung für den Sehvorgang, für das Nervensystem, für den Aufbau von Eiweißmolekülen und für den Fettstoffwechsel in der Leber. Es sorgt für eine ordnungsgemäße Bildung von Zellen und ist beteiligt am Aufbau von Knochensubstanz. Ferner hilft es mit bei der Reifung von Eizellen und bei der Synthese von Spermien. Beta-Carotin bzw. Vitamin A gehören zur Gruppe der Antioxidantien, sie verzögern Alterungsprozesse.

Vitamin D spielt eine unverzichtbare Rolle in der Osteoporose-Prophylaxe, denn Calcium und Phosphor können nur mit Hilfe von Vitamin D in den Knochen eingelagert werden. Mit Vitamin D wird ein ordnungsgemäßer Knochenstoffwechsel aufrechterhalten. Weiterhin ist Vitamin D wichtig für das Abwehrsystem und zur Regulation des Zellwachstums.

Cholin ist wichtig für den Stoffwechsel und den Transport von Fetten und Cholesterin, für eine reibungslose Impulsübertragung der Nervenzellen, für gesunde Vorgänge an der Gallenblase und zur Bildung von Lecithin, einem Baustein der Zellmembranen. Als Baustein des Botenstoffes Acetylcholin ist Cholin im Gehirn unentbehrlich. Acetylcholin ist für ein gutes Gedächtnis und für Lernvorgänge zuständig.

Inositol ist von großer Bedeutung für den Stoffwechsel von Fetten und Cholesterin, daneben wird es benötigt für den Aufbau des Lecithins. Außerdem erhöht Inositol die Verfügbarkeit von Vitamin C, Vitaminen des B-Komplexes, Linolsäure (eine lebenswichtige Fettsäure), Cholin und Phosphor. Erwähnenswert ist noch, dass Inositol für einen ordnungsgemäßen Calcium- und Insulinstoffwechsel von Bedeutung ist. Ferner wirkt es beruhigend.

Mineralstoffe/Spurenelemente sind für alle Funktionsabläufe im Organismus unerlässlich, sie sind genauso wichtig wie Vitamine.

Calcium ist unentbehrlicher Baustein für Knochen und Zähne, es stabilisiert die Zellwände, unterstützt die Herztätigkeit und ist wichtig für die Impulsverarbeitung im Nervensystem. Es sorgt für einen normalen Blutdruck und senkt den Cholesterinspiegel. Calcium ist wichtig für die Muskelkontraktion, es verhindert Muskelkrämpfe. Außerdem hilft es, allergische Reaktionen abzuwehren.

Magnesium nimmt Einfluss auf die Erregbarkeit von Muskeln und Nerven, es ist notwendig in der Energiegewinnung, für die Funktionstüchtigkeit des Herzens, es senkt den Cholesterinspiegel und ist unentbehrlich zur Balance des pH-Wertes. Eine Rolle spielt Magnesium zur Verhütung von Muskelkrämpfen, in der Prävention von Herz-Kreislaufkrankungen und Osteoporose, Magnesium kann nur mit Hilfe von B1 und B6 vom Organismus aufgenommen werden.

Kalium wird benötigt für einen geregelten Wasserhaushalt im Organismus (in Konkurrenz zu Natrium) und für alle ordnungsgemäßen Nervenfunktionen. Kalium ist unentbehrlich für eine korrekte Impulsübertragung im Nervensystem, es reguliert den Herzrhythmus und fördert regelrecht Muskelkontraktion. Weiterhin gibt es Hilfestellung beim Transfer lebenswichtiger

Vitastoffe durch die Zellmembran hindurch, daher ist es unentbehrlich für alle biochemischen Reaktionen in der Zelle. Kalium ist von Bedeutung bei der Prävention von Schlaganfällen.

Eisen ist notwendig zur Bildung des roten Blutfarbstoffes, zur Stärkung des Abwehrsystems und zur Produktion von Nucleinsäuren. Weiterhin spielt es eine Rolle beim Aufbau einiger Botenstoffe im Gehirn, die für Lernvorgänge, Gedächtnis, Steuerung und Regulierung der Gefühle und für den Schlaf zuständig sind.

Zink ist unentbehrlich für einen geordneten Stoffwechsel, für ein gut funktionierendes Abwehrsystem, zur Entgiftung, für intakte Zellwände und für ein gesundes Knochensystem (Calcium kann nur mit Hilfe von Zink eingebaut werden). Zink hat Einfluss auf ein ausreichendes Geschmacks- und Geruchsvermögen und zusammen mit anderen Vitalstoffen, wie beispielsweise Vitamin B6, hilft es mit, Botenstoffe im Gehirn aufzubauen, die für korrekte Bewusstseinsvorgänge, für das Denken, Lernen, Gedächtnis, Steuerung und Regulierung von Gefühlen, für den Schlaf und zur Koordination von Bewegungsabläufen zuständig sind. Dieses Spurenelement wird auch benötigt zum Aufbau vieler Hormone und um bei der Frau einen normalen Monatszyklus zu gewährleisten. Ferner ist Zink von Bedeutung für den Stoffwechsel von Vitamin A, B1, B6, Niacin (B3) und Pantothensäure (B5). Wichtig ist Zink auch zur Gesunderhaltung der Haut, der Haare und der Augen, daneben stimuliert es die Wundheilung. Selbst der Insulinhaushalt funktioniert nur ordnungsgemäß mit einem ausreichenden Angebot an Zink.

Mangan ist von Bedeutung für den Aufbau von Knochen, Knorpel und Bindegewebe, es spielt eine Rolle bei der Energiegewinnung und bei der Entgiftung. In Zusammenarbeit mit anderen Vitalstoffen sorgt es im Gehirn für richtige Funktionsabläufe.

Kupfer wird benötigt zum Aufbau des roten Blutfarbstoffes, der Knochen und vieler Hormone. Kupfer gibt Hilfestellung bei Entgiftungsaktivitäten und unterstützt das Abwehrsystem. Es arbeitet sehr eng mit Vitamin C und Zink zusammen.

Selen spielt eine herausragende Rolle bei der Entgiftung von Schwermetallen wie Quecksilber, Cadmium und Blei. Selen verzögert Alterungsprozesse, es aktiviert das Abwehrsystem und ist notwendig für eine normale Herzfähigkeit. Daneben wird Selen benötigt für eine gute Funktion der Muskulatur und des Gefäßsystems, der Augen und des Gehirns. Selen ist wie Zink und Kupfer ein Bestandteil von speziellen Enzymen, die als Antioxidantien agieren freie Radikale abfangen.

Chrom spielt beim Glukosetransport (Blutzuckertransport) durch die Membranen der Zelle eine wichtige Rolle. Glukose ist der Energieträger der Zellen. Chrom ist Bestandteil des sogenannten Glukose-Toleranzfaktors und ohne diesen Faktor ist Insulin unwirksam. Dieses Spurenelement ist auch beteiligt an der Steuerung des Insulinspiegels im Blut.

Bioflavonoide (wie **Rutin**, **Hesperidin**, **Quercetin**) sorgen für die Gesundheit der Haargefäße (Kapillaren) und der damit verbundenen Gewebe, sie erhöhen die Strömungsgeschwindigkeit des Blutes, stimulieren körpereigene Enzyme, wirken entzündungshemmend und haben einen positiven Einfluß auf das Immunsystem (Unterstützung der Lymphozyten und natürlichen Killerzellen). Sie besitzen antibakterielle und antivirale Wirkung und unterstützen die Arbeit von Vitamin C.

Bioflavonoide werden bei Allergien, Gefäß- und Herzkrankheiten, Diabetes, Skelett- und Gelenkerkrankungen, sowie als Alterungsbremse empfohlen. Sie haben eine besondere

Schutzwirkung auf Gewebe mit schneller Zellteilungsrate, auf Nerven- und blutbildende Gewebe.

Enzyme (wie **Bromelain** und **Papain**) unterstützen die Verdauungsvorgänge (Bromelain und Papain spalten Proteine, Amylase dagegen Kohlenhydrate und Lipase spaltet Fette).

Betain-HCl sorgt für ein gesundes Milieu im Magen, Apfelpectin hat einen günstigen Einfluß auf den Cholesterinspiegel und entgiftet Schwermetalle.

Milliarden von Stoffwechselfvorgängen in unserem Körper sind enzymatisch gesteuert und sind absolut vom Vorhandensein von ausreichend Enzymen abhängig. Ist der Körper z.B. mit einem Vitamin, Mineral oder Spurenelement unterversorgt, so kommt es bereits zu eingeschränkten Enzymleistungen auf zellulärer Ebene, ohne dass ein Mikronährstoffmangel im Blut erkennbar wäre.

Enzyme verbessern die Wundheilung, optimieren die Immunabwehr, regulieren die Blutgerinnung, lindern Muskelschmerzen, beugen Arteriosklerose vor, unterstützen die Behandlung offener Beine, helfen bei der Abwehr von Virusinfekten, bei Multipler Sklerose, Rheuma und Krebs.

Cholin (Bestandteil von **Phosphatidylcholin = Lecithin**) aus Getreidekeimen.

Lecithin ist wichtiger Bestandteil biologischer Membranen. Diese schützen Zellen und gewährleisten optimale biologische Aktivitäten der Enzymsysteme, womit sie ein reibungsloses ineinander greifendes Stoffwechselgeschehen ermöglichen. Die Elastizität der biologischen Membranen ist Voraussetzung für den reibungslosen Stoffaustausch innerhalb und zwischen den Zellen.

Die Zufuhr hochwertigen Lecithins bei gleichzeitiger Antioxidanzienzufuhr normalisiert den Gehalt der Blutfette (Cholesterin/Neutralfette) und schützt vor Herz-Kreislaufkrankungen. Gleichzeitig gilt Lecithin als Nervennahrung, es verbessert die Gedächtnisleistung und führt zu Stimmungsaufhellung bei Depressionen.

Lecithin hat einen positiven Einfluss auf den Leberstoffwechsel und verbessert die Löslichkeit von Gallensalzen (Verhinderung von Gallensteinbildung).

Lipide sind Fette, die die lebensnotwendigen ungesättigten Fettsäuren wie Gamma-Linolensäure (GLA) und die Linolsäure besitzen. Diese beiden Fettsäuren sind wichtig für die Energiegewinnung, für das Herz-Kreislaufsystem, für korrekte Abläufe im Cholesterinstoffwechsel und für die Gesundheit der Zellwände, jenen Grenzflächen der Zellen, die für den Stoffaustausch zwischen der Außen- und der Innenwelt der Zelle zuständig sind. Eine gesunde Membran ist für alle Zellen lebensnotwendig. In der Zelle beginnt eine Krankheit, aber auch die Gesundung. Außerdem sind beide Fettsäuren von großer Bedeutung für regelrechte Abläufe bei der Reizleitung im Nervensystem. Generell spielen diese Fettsäuren eine äußerst wichtige Rolle im gesamten Stoffwechselgeschehen. Der Organismus kann sie selbst nicht herstellen, deshalb müssen sie von außen zugeführt werden. Ölsäure, Palmitin- und Stearinsäure wirken unterstützend.

Spirulina (eine Mikroalge), die nicht mit der Süßwasser- der Meeresalge verwechselt werden darf, ist ein Biokraftwerk der Natur. Spirulina ist eine Kraftquelle und ein Energiespender, sie enthält hochkonzentriert alle essentiellen Aminosäuren in leicht verwertbarer Form.

Aminosäuren sind die Bausteine der Eiweißmoleküle (Proteine), die zum Aufbau aller Zellen und Organe benötigt werden, darüber hinaus wichtige Transportfunktionen haben, Schutzmechanismen im Abwehrsystem bilden (Antikörper) und als Enzyme steuern Proteine lebenserhaltende Abläufe. Wesentliche hochwertige Bestandteile der Alge sind die hochungesättigten Fettsäuren Gamma-Linolensäure und Linolsäure. Weitere Vitalstoffe, die man in der Alge Spirulina vorfindet sind: Vitamin E, Vitamin B1, B2, B6, B12, Folsäure,

Pantothensäure, Niacin, Biotin und die Mineralstoffe Calcium, Magnesium, Phosphor und Kalium, weiterhin die Spurenelemente Zink, Selen, Mangan und Eisen.

Blütenpollen sind reich an Mineralstoffen, Spurenelementen, Aminosäuren und Enzymen, sie wirken daher stimulierend und harmonisierend. Sie erhöhen die Energie, die Widerstandskraft und die Ausdauer.

Ginseng wirkt anregend, unterstützend und gleichzeitig harmonisierend, das körperliche und psychische Befinden wird verbessert. Man vermutet, dass es die Wirkung bestimmter Hormone um ein Vielfaches erhöht. In Stresssituationen unterstützt Ginseng die Nebenniere, die mit ihren Hormonen eine wichtige Rolle in diesem Geschehen spielt. Die leistungssteigernden Effekte des Ginsengs beziehen sich auf die einzigartige Kombination von Germanium (Spurenelement) und Ginsenoiden, die reichlich in der Ginsengwurzel enthalten sind. Germanium ist ein natürliches Element, das die Fähigkeit besitzt, das Sauerstoffvolumen im Organismus zu erhöhen. Ginsenoide sind Saponine, die an der Stimulans des zentralen Nervensystems, der Sauerstoffaufnahme, der Muskelkontraktion und der Gewebeentgiftung beteiligt sind. Für das Gehirn ist Ginseng ein harmonisches Stimulans.

Chlorophyll ist ein natürlicher Bestandteil grüner Pflanzen. Chlorophyll ist selbst reich an Mineralien, besonders an Magnesium, das einen positiven Einfluss auf das Herz-Kreislaufsystem ausübt. Ferner wirkt es blutreinigend.

Carotenoide sind Pflanzenpigmente mit Vitaminwirkung. Man findet sie in gelbroten Gemüsen und Früchten wie Karotten, gelben und roten Paprika sowie Aprikosen. Carotenoide sind in der Lage, freie Radikale abzufangen, sie gehören damit zur Gruppe der Antioxidantien.

Sie sind in der Lage, zellschädigenden Singulett-Sauerstoff (vermehrt bei UV- und Ozonbelastung) abzufangen, ohne dabei selbst zerstört zu werden. Sie besitzen Provitaminfunktion und wesentliche biologische Aktivität für das Immunsystem. Sie schützen Zellen und Zellorganellen vor vorzeitiger Zerstörung. In der Haut bilden sie einen natürlichen Lichtschutzfaktor. Ferner schützen sie das Erbmateriale DNA direkt vor Mutationen und wirken so krebsvorbeugend.

Octacosanol ist ein Vitalstoff zahlreicher Pflanzenöle. Octacosanol verbessert die Funktionstüchtigkeit des Nervensystems, die Reaktionszeit wird optimiert, der Grundumsatz und die Sauerstoffausnutzung werden erhöht, die körperliche und geistige Kondition werden gesteigert, was unter anderem Sportler zu schätzen wissen. Octacosanol verbessert die Nutzung von Sauerstoff und Glykogen (Speicherform der Glukose), hieraus resultiert die energiesteigernde Wirkung.

Alle Vitalstoffe, die die Abwehrkräfte stärken und als Antioxidantien aktiv sind, unterstützen den Organismus, um mit allergie- und krebsauslösenden Substanzen besser umzugehen!

Energie: Alle Lebensprozesse erfordern Energie: Atmung, Stoffwechsel und Verdauung. Ohne Energie kann das Herz nicht schlagen, können keine Bewegungsvorgänge ausgeführt werden. Selbst der Schlaf kommt nur mit einem Energieaufwand zustande. Jede Gefühlsregung, jeder Gedanke kann nur mit Energie zustande gebracht werden.

Produziert wird sie in gewissen Zellkörperchen (Mitochondrien), die als Kraftwerke der Zelle aus der umgewandelten Nahrung mit Hilfe von Sauerstoff und Vitalstoffen Energie erzeugen und bereitstellen. Nerven-, Leber- und Muskelzellen sind beispielsweise sehr reich mit diesen Kraftwerken ausgestattet.

Energiemangel macht sich bemerkbar in Leistungsminderung, Müdigkeit, Verstimmungen, Reizbarkeit, Antriebsstörungen, Beeinträchtigung der Konzentration und Aufmerksamkeit, verminderter Schlafqualität, vermehrter Infektanfälligkeit und vorzeitigem Altern.

Freie Radikale sind hochreaktive, instabile Moleküle, die im Organismus eines atmenden Lebewesens durch den Zellstoffwechsel (biologische Oxidation) frei werden und dort auch neutralisiert werden. Vermehrt werden sie als Nebenprodukte durch Umweltgifte, UV- Bestrahlung, toxische Schwermetalle, Zigarettenrauch, Streß, Nahrungszusatzstoffe, etc. gebildet (Überoxidation). Sie entstehen, wenn Atome oder Moleküle eine biologische Reaktion auflösen und ein einzelnes ungepaartes Elektron übrigbleibt. Dieses einzelne Elektron verleiht den Radikalen eine hohe Aggressivität (Reaktivität). Sie benötigen dringend Elektronen, die sie anderen Verbindungen entziehen, eine Kettenreaktion wird so ausgelöst. Werden sie nicht eingefangen, verursachen sie erhebliche Schäden in den Strukturen und Funktionen der Zellmembranen, ebenso aber auch an den Zellbestandteilen (Zellorganellen), u.a. an der DNS des Zellkerns.

Mit zunehmendem Alter werden freie Radikale vermehrt gebildet. Folgen dieser Reaktionen können z.B. vorzeitige Alterungsprozesse, Arteriosklerose, Herz-Kreislaufkrankungen, Störungen des Immunsystems, Krebserkrankungen, Allergien, Senilität und Gehirnleistungsstörungen sein. Substanzen, die freie Radikale unschädlich machen und ihre Folgewirkungen abwenden, bezeichnet man als Antioxidantien oder Radikalfänger. Allen antioxidativ wirksamen Vitalstoffen ist gemeinsam, dass sie in Verbindung mit einer naturnahen, vollwertigen Ernährung und ausreichender Bewegung eine Alterungsbremse darstellen.

Literaturquellen:

Balch/Balch: Prescription for Nutritional Healing
Avery Publishing Group, New York 1997

Bayer/Schmidt: Vitamine in Prävention und Therapie
Hippokrates Verlag 1991

Braverman: The Healing Nutrients Within
Keats Publ. Inc., New Canaan, Conn. 1987

Bürgerstein: Heilwirkung von Nährstoffen
Haug-Verlag 1991

Colgan: The New Nutrition, your personal guide to optimum health
C.I.Publications, San Diego 1994

Dietl/Ohlenschläger: Handbuch der Orthomolekularen Medizin
Haug Verlag 1994

Fuchs, Norbert: Mit Nährstoffen heilen
Ralf Reglin Verlag, Köln

Lange-Ernst: Gesund durch Spurenelemente
Goldmann 1988

MINDELL: Earl Mindell`s New and Revised Vitaminbible
Warner Books Inc., New York 1985

Münzig-Ruef: So stärken Sie Ihr Immunsystem
Heyne 1990

Pauling, Linus: Linus Pauling`s Vitaminprogramm
Bertelsmann 1990

Pflugbeil: VITAL PLUS, Das große Programm der Orthomolekularen Medizin
Herbig-Verlag 1990

Schünke/Kuhlmann: Orthomolekulare Medizin
BioMedoc 1991

Werbach: Nutritional Influences on Illness
Third Lines Press, Tarzana/Cal. 1996

Watzl/Leitzmann: Bioaktive Substanzen in Lebensmitteln
Hippokrates-Verlag 1999

Kunze/Krämer: Vitalstoffe gegen Krebs
Ralf Reglin-Verlag, Köln