

**Mehr Lebenskraft und Nervenstärke.**

## proSan<sup>®</sup>vital

**Den Anforderungen des Lebens begegnen.**

**Mikronährstoffe (s.u.)** - tragen zur Reduzierung von Müdigkeit bei  
- und unterstützen Leistungsfähigkeit, Energie, Nerven und Herz

Wir freuen uns, dass Sie sich für **proSan vital** entschieden haben.

**proSan vital** wird nach höchsten Qualitätsstandards (GMP / HACCP) in Deutschland hergestellt. Ein GMP-gerechtes Qualitätsmanagementsystem dient der Gewährleistung der Produktqualität. HACCP garantiert einen qualitätsgesicherten Produktionsprozess vom Rohstoff bis zum Endprodukt.

**proSan vital** enthält hochwertige Mikronährstoffe in komplexer Zusammensetzung und ausgewogener Dosierung – nach ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen auf Basis der Orthomolekularen Medizin.

### Mehr Belastung – mehr Mikronährstoffe

Gerade in Phasen außergewöhnlicher körperlicher oder seelischer Belastung sollten Sie auf eine gesunde und ausgewogene Ernährung, verbunden mit einer ausreichenden Zufuhr von Mikronährstoffen achten.

Hoher Leistungsdruck, ständig steigende Belastungen im Beruf und im Privatleben können auf Dauer zu einer physischen und psychischen Überanstrengung des Körpers führen. Bei unzureichender Regeneration entsteht ein erhöhter Bedarf an bestimmten Mikronährstoffen.

Insbesondere wenn die stressauslösende Situation über einen längeren Zeitraum besteht und wichtige Erholungsphasen ausbleiben, kann es dem Körper an die Reserven gehen. In solchen Phasen **braucht der Körper mehr Energie und Mikronährstoffe**.

### Mikronährstoffe – für Lebenskraft und Nervenstärke

#### **Müdigkeit, Erschöpfung, Leistungsfähigkeit**

- Vitamin C, B2, B3, B5, B6, B12, Magnesium, Eisen und Folsäure tragen zur Reduzierung von Müdigkeit bei.
- Vitamin B5 (Pantothensäure) unterstützt eine normale psychische / geistige Leistungsfähigkeit.
- Calcium, Magnesium, Eisen, Kupfer, Mangan, Jod, Vitamin B1, B2, B3, B5, B6, B12, C und Biotin tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel bei.

#### **Nervensystem**

- Vitamin C, B1, B2, B3, B6, B12, Biotin, Kupfer, Magnesium und Jod unterstützen eine normale Funktion des Nervensystems.

## Herz

- Die Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA sowie Vitamin B1 (Thiamin) unterstützen eine normale Herzfunktion. (Diese positive Wirkung ist zu erwarten ab einer täglichen Aufnahme von 250 mg EPA und DHA. Bei täglicher Einnahme von proSan vital ist dies der Fall!)
- Vitamin D, Calcium und Magnesium leisten einen Beitrag zu einer normalen Muskelfunktion, z.B. des Herzmuskels.
- Folsäure und die Vitamine B6 und B12 tragen zu einem normalen Homocystein-Stoffwechsel bei.

## Blutzucker und Stoffwechsel

- Chrom, Zink und Biotin unterstützen einen normalen Stoffwechsel von Kohlenhydraten, Fett und Eiweiß,
- Chrom unterstützt zudem die Aufrechterhaltung eines normalen Blutzuckerspiegels.

## Blut und Sauerstofftransport

- Eisen, Vitamin B6 und B12 unterstützen die normale Bildung von roten Blutkörperchen.
- Zudem unterstützt Eisen eine normale Hämoglobinbildung und damit den Sauerstofftransport.

## Immunsystem und oxidativer Stress

- Vitamin C, A, B6, B12, D, Folsäure, Zink, Eisen, Selen und Kupfer unterstützen eine normale Funktion des Immunsystems.
- Vitamin C, E, B2, Mangan, Zink, Selen und Kupfer tragen zum Schutz der Zellen vor oxidativem Stress bei.

## Knochen und Zähne

- Vitamin D unterstützt den Erhalt normaler Knochen, Zähne und Muskelfunktion.

## Haut

- Vitamin A, B2, Zink, Jod, Niacin und Biotin tragen zum Erhalt einer normalen Haut bei. Zudem unterstützt Vitamin C eine normale Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut.

## Omega-3-Fettsäuren

haben heute einen hohen Stellenwert - speziell auch in der herzgesunden Ernährung. Omega-3-Fettsäuren können vom Körper entweder gar nicht oder nur in eingeschränkter Menge gebildet werden. Sie sollten daher regelmäßig mit der Nahrung zugeführt werden.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt deshalb, ein- bis zweimal in der Woche Fisch zu essen. Besonders große Mengen an Omega-3-Fettsäuren enthalten Kaltwasserfische wie Sardelle, Makrele, Lachs, Hering und Thunfisch. Aufgrund des Ernährungsverhaltens in Deutschland werden die notwendigen Mengen an Fisch jedoch vom Großteil der Bevölkerung nicht praktikabel und zumutbar über dauerhafte Zeit zugeführt. Darüber hinaus sind die betroffenen Fischarten besonders fettreich, was aus ernährungswissenschaftlichen Gründen vermieden werden sollte. Auch weisen viele Fischarten eine unerwünscht hohe Schwermetallbelastung auf. Diätetisch sinnvoll ist daher die Zufuhr von Omega-3-Fettsäuren im Rahmen einer abgestimmten Nahrungsergänzung. Das in **proSan vital** verwendete Fischöl ist molekulardestilliert und somit besonders schadstoffarm.

## Sekundäre Pflanzenstoffe

sind Naturstoffe und haben für den Menschen einen hohen Stellenwert. Dazu gehören beispielsweise Bioflavonoide und Carotinoide (z.B. Lutein und Lycopin). Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt daher einen hohen Verzehr von Obst und Gemüse sowie weiterer pflanzlicher Lebensmittel, um eine gute Versorgung mit sekundären Pflanzenstoffen sicherzustellen.

**Da diese Mikronährstoffe im Körper kaum gespeichert werden können, ist eine tägliche Zufuhr sinnvoll.**

# Zusammensetzung

## Tagesdosis 4 Kapseln

### Vitamine

Vitamin A	750 µg RE
Vitamin C	480 mg
Vitamin E (aus natürlichem Pflanzenöl)	70 mg α-TE
Vitamin B1 (Thiamin)	6 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)	8 mg
Vitamin B3 (Niacin)	60 mg NE
Vitamin B5 (Pantothensäure)	18 mg
Vitamin B6	8 mg
Vitamin B12	10 µg
Vitamin D3	5 µg
Folsäure	800 µg
Biotin	165 µg

### Mineralstoffe und Spurenelemente

Calcium	240 mg
Magnesium	120 mg
Zink	10 mg
Selen	55 µg
Eisen	14 mg
Mangan	2 mg
Kupfer	1000 µg
Chrom	40 µg
Molybdän	50 µg
Jod	150 µg

### Sekundäre Pflanzenstoffe

Lemon-Bioflavonoide	5 mg
Gemischte natürliche Carotinoide (enthalten α- u. β-Carotin, Lutein u. Lycopin)	5 mg

### Essentielle Fettsäuren

Omega-3-Fettsäuren	440 mg
davon	
EPA (Eicosapentaensäure)	216 mg
DHA (Docosahexaensäure)	144 mg

## Einzelsubstanzen oder Nährstoffgemische?

Bei körperfremden Stoffen, z.B. Arzneimitteln, ist immer Vorsicht geboten, wenn mehrere gleichzeitig gegeben werden. Ihre Wirkungen, vor allem aber ihre Nebenwirkungen können sich potenzieren und zu Problemen führen.

### Ganz anders bei Mikronährstoffen!

Mikronährstoffe erledigen in unserem Körper rund um die Uhr unzählige lebenswichtige Aufgaben. Mikronährstoffe müssen dem menschlichen Körper regelmäßig zugeführt werden. Seit mehreren Millionen Jahren werden sie vom Menschen mit der täglichen Nahrung aufgenommen – und zwar immer als Gemisch. In den richtigen Dosierungen kommt es zu keinen negativen Interaktionen. Im Gegenteil, ihre Wirkungen verstärken sich häufig gegenseitig (synergetische Effekte).

Eine orthomolekulare Substitution erfordert daher immer die **gleichzeitige** Einnahme vieler Vitalstoffe.

## Verzehrempfehlung

Täglich 4 Kapseln unzerkaut mit etwas Flüssigkeit zu oder nach einer Mahlzeit verzehren.

Zur Ergänzung einer ausgewogenen und gesunden Ernährung kann eine regelmäßige und langfristige Einnahme von **proSan vital** sinnvoll sein.

## Wichtige Hinweise

Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel sollten nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise verwendet werden. Außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern aufbewahren. **proSan vital** enthält Jod. Sollten Sie an einer Schilddrüsenüberfunktion (Hyperthyreose) leiden, sprechen Sie bitte vor der Einnahme mit Ihrem Arzt.

**proSan vital** enthält hoch dosiertes Vitamin A, Vitamin C, Vitamin E, Folsäure, Zink und Selen. Es sollten daher keine weiteren Produkte mit einer hohen Dosierung dieser Inhaltsstoffe zusätzlich verzehrt werden.

**proSan vital** ist frei von Konservierungsmitteln, künstlichen Farbstoffen, Milcheiweiß, Gluten, Lactose und Fructose. Für Diabetiker geeignet (0,007 BE pro Kapsel).

## Darreichungsformen und Packungsgröße

1 Packung enthält 120 Kapseln

PZN - 2297665 - Unter dieser Nummer ist **proSan vital** im Apothekensortiment gelistet.

proSan  
pharm. Vertriebs GmbH  
Am Knipprather Busch 20  
40789 Monheim am Rhein

Tel.: 02173 / 896120  
Fax: 02173 / 896122  
E-Mail: [info@prosan.de](mailto:info@prosan.de)  
Internet: [www.prosan.de](http://www.prosan.de)