

Haben Sie genug Vitamine? Fehlen Ihnen Vitamine? (3)

Liebe Leserinnen und Leser,



ich hatte damit begonnen, einen "Selbsttest" mit Fragen zu veröffentlichen, herauszufinden zu können, ob es unter Umständen Hinweise gibt, Ihre Nährstoffzufuhr zu verbessern. Heute möchte Ihnen im Teil 3 die Fortsetzung schicken:

"Krampfadern, Hämorrhoiden, Unterschenkelgeschwüre"

Beantworten Sie die folgenden Fragen ganz ehrlich mit 'Ja' oder 'Nein':

Fehlen Ihnen Vitamine? Testen Sie sich selbst

Ziel unserer Arbeit ist es, Ihnen eine Auswahl hochwertiger Nahrungsergänzungen und Vitamine zugänglich zu machen, die sowohl für spezielle Anwendungen als auch zur allgemeinen Vorsorge geeignet sind oder auch „nur“ einfach Gesundheit fördern.

Jeder Mangel an Vitaminen führt unverzüglich zu ersten Warnsymptomen - ehe es irgendwann später zu Befindlichkeitsstörungen, Beschwerden oder gar ersten Krankheiten kommt. So haben die Warnsymptome auch ihr Gutes: Sie ermöglichen Selbsttests, die über Nährstoff- und ganz speziell über Vitaminmangel Aufschluss geben. Man braucht also nicht immer umfangreiche Untersuchungen beim Arzt über sich ergehen zu lassen, um herauszufinden, ob und welche Vitamine einem fehlen.

Die Selbsttests geben Ihnen Aufschluss über Ihren persönlichen Vitaminstatus. Anhand von oft ganz geringfügigen Warnsymptomen können Sie zuverlässig herausfinden, ob Sie sich bereits im Grenzbereich ernstzunehmender Beschwerden oder gar Krankheiten befinden.

Fehlen Ihren Venen Vitamine?

Beantworten Sie die folgenden Fragen ganz ehrlich mit 'Ja' oder 'Nein':

1. Spüren Sie abends oder nachts im Bett Ihre Beine?
2. Sind Sie oft unerklärlich müde?

3. Haben Sie Übergewicht?
4. Leidet oder litt Ihre Mutter unter Krampfadern?
5. Haben Sie manchmal Zahnfleischbluten?
6. Haben Sie manchmal Krämpfe in den Waden?
7. Wirkt Ihr Gewebe (Gesicht, Hals, Brust) morgens fester, straffer als abends?
8. Sind Ihre Augen oft gerötet, entzündet?
9. Haben Sie mitunter erhöhte Temperatur?
10. Leiden Sie unter Juckreiz?

Wenn Sie nur zweimal mit Ja antworten, ist der Zustand Ihrer Gefäßwände noch in Ordnung. Bei drei- bis fünfmal Ja sind die Venenwände bereits schwach und porös. Es besteht die Gefahr von Krampfadern oder Blut- und Wasseraustritten in angrenzendes Gewebe. Wenn Sie sechsmal oder öfter mit Ja antworten, ist der Bindegewebsstoffwechsel Ihrer Venen erkrankt. Die Folge: Durchblutungsstörungen und Verdickungen durch körpereigene Blutgerinnungssubstanzen und Ablagerungen von Fett und Cholesterin. Ihre Venen brauchen jetzt vor allem Vitamin C und Bioflavonoide (Resveratrol). Das sind pflanzliche Schutzstoffe (z. B. im Fruchtfleisch), die die Wirkung von Vitamin C beim Neuaufbau von Gefäß-Kollagen vervielfachen. Eine weitere Unterstützung kann wasserlösliches Magnesiumzitrat leisten.

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihre Newsletter-Redaktion



Forschungsergebnisse aus Naturheilkunde und orthomolekularer Medizin

Die Naturheilkunde wird von ihren Gegnern gern als „unwissenschaftlich“ dargestellt. Diese Darstellung ist aber inkorrekt: Im Gegenteil, es gibt eine Fülle von Forschungen und Erfahrungsberichten zur Naturheilkunde und zu den in der orthomolekularen Medizin verwendeten Wirkstoffen wie Vitaminen, Mineralstoffen, Enzymen, essentiellen Fettsäuren, Bioflavonoiden und Aminosäuren. Wir berichten in Zusammenarbeit mit der Stiftung "Research for Health Foundation" von diesen Forschungsergebnissen. **Besuchen Sie die Internetseiten der Stiftung**

Alle unsere Preise verstehen sich inklusive gesetzlicher Umsatzsteuer und zuzüglich einer Versandkostenpauschale. Lesen Sie die allgemeinen Geschäftsbedingungen.

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

www.vitalstoff-journal.de

COM Marketing AG | Fluellstrasse 13 | CH - 6072 Sachseln