

Fehlen Ihnen Vitamine? Krampfadern, Hämorrhoiden, Unterschenkelgeschwüre

Liebe Leserinnen und Leser,



Ich möchte Ihnen heute einen dritten Selbsttest senden, mit dem Sie für sich selbst prüfen können, ob Sie unter Umständen einen Mangel an Nährstoffen haben. Es geht heute um die Frage, ob Ihren Venen wichtige Vitamine fehlen.

Der Mangel an Vitaminen oder anderen Nährstoffen führt unverzüglich zu ersten Warnsymptomen. Erst viel später kommt es dann irgendwann zu Befindlichkeitsstörungen, Beschwerden oder gar ersten Krankheiten. Diese Warnsymptome haben also auch eine positive Seite: Sie ermöglichen einfache Selbsttests, die über Nährstoff- und ganz speziell über Vitaminmangel Aufschluss geben können. Sie müssen nicht immer umfangreiche Untersuchungen beim Arzt über sich ergehen zu lassen, um herauszufinden, ob und welche Vitamine Ihnen fehlen.

Die Selbsttests geben Ihnen Hinweise auf 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.

Zum Ende meiner Einleitung ein Hinweis auf die beiden bisher erschienenen Gesundheitsbrief dieser Serie:

- 1. Fehlen Ihnen Vitamine? Gedächtnisschwäche, Vergesslichkeit, Konzentrationsmangel**
- 2. Fehlen Ihnen Vitamine? Durchfall, Blähungen, Verstopfung**

Fehlen Ihnen Venen Vitamine?

Beantworten Sie die 10 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?

Auswertung der Antworten

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.

GW-ESTER: Ester-C 1000 (Vitamin C) - Preis: 29,90 €

Ester-C gilt als dritte Generation Vitamin C und ist eine einzigartige, patentierte Formel, die die Vorzüge von Ascorbinsäure und Calciumascorbat kombiniert. Calciumascorbat mit Vitamin-C-Metaboliten und Zitrusbioflavonoiden.

Vitamin C ist ein Antioxidans und schützt die Körperzellen, ist an der Wundheilung beteiligt und notwendig für den Aufbau und Erhalt von gesunden Knochen, von Zähnen, Zahnfleisch, Knorpel und Haut. Vitamin C verbessert die Aufnahme von Eisen aus der Nahrung, unterstützt die Funktion des Nervensystems, trägt zur Unterstützung des Immunsystems bei, ist für die Gewinnung von Energie aus der Nahrung erforderlich und für die Gedächtnisleistung notwendig. Der Körper braucht Vitamin C zur Unterstützung seiner Abwehrkräfte und zur Gesunderhaltung der Blutgefäße. Zitrusbioflavonoide schützen die Zellen vor oxidativem Stress, haben positiven Einfluss auf den Blutkreislauf, die Herzaktivität und die Gedächtnisleistung. Sie senken zudem den Histaminspiegel (wirken antiallergisch). Vitamin C in Form von reiner Ascorbinsäure führt bei manchen Menschen zu Magenproblemen. Daher wurde Calciumascorbat entwickelt, bei dem die Ascorbinsäure an Calcium gebunden ist. Durch seine pH-Neutralität ist Calciumascorbat deutlich magenfreundlicher. Ester-C ist Calciumascorbat, das zum Teil oxidiert ist, wodurch der natürliche Vitamin C Metabolit Threonsäure bereits vorhanden ist. Threonsäure und die anderen Metaboliten fördern die Aufnahme und Verwertung von Vitamin C im Körper.



Darüber hinaus scheint Threonsäure in der Lage zu sein, das bereits im Körper vorhandene Vitamin C zu mobilisieren und für Stoffwechselprozesse verfügbar zu machen.

Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power

MBP12: Magnesiumzitrat - Preis: 16,80 €

Der menschliche Körper benötigt Magnesium, um gesunde Knochen und Zähne aufzubauen sowie zur Energieverwertung. Zudem ist Magnesium für einen ausgewogenen Wasser-Elektrolyt-Haushalt essenziell.



Beliebt ist Magnesiumzitrat vor allem aufgrund der guten Bioverfügbarkeit. Es löst sich im Magen unabhängig von der Säurekonzentration und wird besser als Magnesiumoxid im Dünndarm resorbiert. Als die organische Form von Magnesium kann Magnesiumzitrat sehr schnell vom Körper aufgenommen werden. Magnesium ist ein Mineralstoff, den der menschliche Organismus im Verhältnis zu anderen Mineralstoffen in sehr großen Mengen benötigt. Grundsätzlich ist Magnesium wichtig für die Zellenergie, den Kohlenhydrat-, Fett- und Eiweißstoffwechsel und auch die gute Gesundheit von Knochen, Zähnen sowie ebenfalls Herz, Nerven und Muskeln. Zudem entspannt Magnesiumzitrat die Muskulatur und fördert die Leistungsfähigkeit. Durch die hohe Reaktionsfreudigkeit kommt Magnesium in der Natur nur als Mineral in Form von Silicaten, Chloriden, Carbonaten und Sulfaten auf.

Von Magnesium sind mehr als 300 Stoffwechselforgänge abhängig. Auch für die Muskelfunktion (einschließlich des Herzmuskels) sowie das Nervensystem wird Magnesium benötigt.

Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power

NTP46: Resveratrol - Preis: 16,80 €

Seine vielfältigen Wirkungen auf die Gesundheit und die Lebenserwartung machen Resveratrol zu einer der interessantesten Substanzen im Phytobereich. Starkes pflanzliches Antioxidans aus Rotweinträumen. Zur Verbesserung der Bioverfügbarkeit haben wir es mit Piperin kombiniert.



Biologisch wirkt das Molekül als Phytoalexin. Resveratrol ist Bestandteil des pflanzeigenen Immunsystems. Seine Hauptaufgabe ist der Schutz der Pflanze vor Pilz-, Bakterien- und Virusinfektionen sowie vor schädlichen Umwelteinflüssen wie UV-Strahlung, Ozonbelastung und Toxine. Das beruht vermutlich auf seinen antioxidativen Wirkungen. Resveratrol ist vor allem ein Fänger von Peroxyl-Radikalen, es könnte außerdem die Lipidperoxidation von Lipoproteinen (LDL) und anderen Zellen senken. Da Resveratrol sowohl wasser- als auch fettlöslich ist, bietet es vermutlich einen sehr viel breiteren antioxidativen Schutz als andere Antioxidantien, die entweder nur fett- oder oder nur wasserlöslich sind. Resveratrol gehört zur großen Gruppe der Polyphenole. Die genaue Bezeichnung der wirksamen Form lautet Trans-3,4,5-trihydroxystilben. Polyphenole sind bekannt für ihre hohe antioxidative Potenz. Insbesondere die phenolischen Hydroxylgruppen besitzen ein hohes Redoxpotenzial, sind also ideale Radikalfänger.

Auch für das Polyphenol Resveratrol wurde eine ausgeprägte antioxidative Wirksamkeit nachgewiesen. Für Forscher und Anti-Aging-Mediziner ist Resveratrol zu einer Schlüsselsubstanz für gesundes Altern geworden. Es beruhigt Zellen und Gewebe, spricht das Immunsystem an und schützt die Gefäße.

Hier finden Sie das Produkt im Online Shop von Nature Power

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.
Ihr Gerd Schaller



Wichtiger Hinweis zu unseren medizinischen Informationen

Die wissenschaftlichen Informationen auf unseren Seiten wollen und können keine ärztliche Behandlung und keine medizinische Betreuung durch einen Arzt oder einen Therapeuten ersetzen. Der Benutzer wird dringend gebeten, vor jeder Anwendung unserer Vorschläge ärztlichen oder naturheilkundlichen Rat einzuholen. Die Ratschläge und Empfehlungen dieser Website wurden nach bestem Wissen und Gewissen erarbeitet und sorgfältig geprüft. Dennoch kann keine Garantie übernommen werden. Eine Haftung des jeweiligen Autors, der Stiftung Research for Health, der Redaktion sowie ihrer Beauftragten für Personen-, Sach- oder Vermögensschäden ist ausgeschlossen.

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 | Fluelistrasse 13 | CH - 6072 Sachseln