

LECITHIN PLUS

Pulver für Entspannung, Homocystein- und Cholesterin-Balance sowie Leberfunktion

Nahrungsergänzungsmittel mit hochwertigen Phospholipiden, Cholin, Inositol, natürlichen B-Vitaminen und Vitamin E

Lecithin zählt zur Gruppe der Phospholipide, wichtiger biologischer Verbindungen, die aus (hochungesättigten) Fettsäuren, Glycerin, Phosphorsäure und Cholin bestehen. Phospholipide sind wichtiger Bestandteil aller Zellmembranen, besonders auch von Gehirn- Nerven- und Leberzellen. Phospholipide sorgen im Gehirn für die reibungslose Weitergabe von Nervenimpulsen. Lecithin wird zudem in Nerven und Gehirn zu Acetylcholin umgewandelt – dem bedeutendsten Neurotransmitter des Nervensystems und Gegenspieler des Stresshormons Adrenalin. Auch hochungesättigte Fettsäuren sind Bestandteil dieser Lecithine-Moleküle. Je mehr Doppelbindungen diese (mehrfach) ungesättigten Fettsäuren aufweisen, desto funktionstüchtiger, elastischer und stabiler sind unsere Nervenzellen und damit unser Gehirn. Phospholipide enthalten somit zwei Kategorien von Biomolekülen, die unser Organismus nicht oder nur eingeschränkt ausbilden kann, nämlich die hochungesättigten Fettsäuren und Cholin.

Auch Inositol erfüllt wichtige Rollen im Rahmen des Nervenzellstoffwechsels. Einerseits ist Inositol struktureller Bestandteil sogenannter Phosphatidylinositole, die – den Lecithinen ähnlich – ebenfalls wichtige Membranbausteine sind. Zugleich aber fungieren Inositol-Triphosphate (IP3) auch als sekundäre Botenstoffe bei Signalübertragungen innerhalb unserer Körperzellen. IP3 zählte man früher zur Gruppe der B-Vitamine.

Zahlreiche ernährungswissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass eine Cholin-Unterversorgung die Belastungstoleranz und die Stress-Resistenz herabsetzt. Auch ausreichende Bestände an B-Vitaminen in unserem Körper sind von großer Bedeutung für unseren Nervenzellstoffwechsel. Die Botenstoffe, über die unsere Nervenzellen miteinander kommunizieren, können nur ausreichend gebildet werden, wenn alle B-Vitamine in ausreichender Dosierung vorhanden sind. Hintergrund dieser Belastungsschwäche ist häufig ein Ungleichgewicht im sogenannten „Vegetativum“, jenes unwillkürlichen Nervensystems, welches das tägliche Wechselspiel von Aktivität (Adrenalin-betont) und Entspannung (Acetylcholin-betont) steuert. Eine Unterversorgung mit Acetylcholin führt dann dazu, dass Betroffene das Gefühl haben, „unter Strom“ zu stehen und nur schwer „abschalten“ können.

Aber auch Leber- und Fett-Stoffwechselstörungen werden häufig durch Lecithin- und B-Vitamin-Defizite (mit)verursacht. Phospholipide sowie einige Vitamine der B-Gruppe fördern den Abbau und Abtransport von Cholesterin und Homocystein. Auch Lecithin ist somit ein lebenswichtiger Bestandteil in unserem Organismus und erfüllt vielfältige Aufgaben in unserem Stoffwechsel.

Die Cosmoterra Ernährungsberatungs-GmbH ist ein österreichisches Unternehmen und wurde Mitte der 1990er Jahre mit dem Ziel gegründet, die Menschen sachlich und ernährungswissenschaftlich fundiert über Ernährungsfragen aufzuklären. Permanente Forschungs- und Entwicklungsarbeit sowie laufende Kooperationen mit renommierten Forschungsinstituten sind die Basis, die Verantwortung gegenüber den MitarbeiterInnen und KundInnen wahrzunehmen.

COSMOTERRA LECITHIN PLUS Pulver wurde von Ernährungs-Fachleuten entwickelt. Es enthält GMO-freies Sojalecithin sowie Mikronährstoffe für den Nerven-, Fett- und Leberstoffwechsel.

COSMOTERRA LECITHIN PLUS Pulver trägt bei

zu Entspannung und normaler Stress-Toleranz

Unsere Stresstoleranz hängt wesentlich ab von der Balance Adrenalin- und Acetylcholin-gesteuerter Vorgänge. Die Vitamine B1, B2, B3, B6, Biotin und B12 tragen bei zu einer normalen Funktion unseres Nervensystems. Cholin fördert die Ausbildung des entspannenden Nervenbotenstoffes Acetylcholin. Pantothenensäure unterstützt darüber hinaus die körpereigene Cholin-Synthese.

zu geistiger und körperlicher Vitalität

Lecithin und Inositol gelten als Schlüsselbausteine der Zellmembranen, verhindern deren Verhärten und gewährleisten somit einen reibungslosen Austausch zwischen den Zellen. Lebensmittel mit B-Vitaminen werden zu Recht als „Brain-Food“ bezeichnet, da sie an der Bildung der Nervenbotenstoffe beteiligt sind. Diese übertragen Signale (Impulse) von einer zur anderen Nervenzelle. Die Vitamine B2, B3, B5, B6 und B12 spielen bei der Bereitstellung von Energie eine wichtige Rolle und tragen bei zur Verringerung geistiger Ermüdung.

zur Balance von Homocystein, Cholesterin und Leberfunktion

Homocystein und Cholesterin sind wichtige Zwischenprodukte unseres Stoffwechsels. Zu hohe Anteile an diesen beiden Molekülen sind häufig Hinweis auf eine Unterversorgung an bestimmten Mikronährstoffen. So tragen die Vitamine B6, Folsäure und B12 bei zu einer normalen Homocystein-Balance. Hochungesättigte Fettsäuren, Cholin, Vitamin B6, B9 und B12 tragen bei zu einem normalen Cholesterinspiegel im Blut. Cholin unterstützt auch die normale Funktion der Leber. Zusätzlich fördern die Vitamine E und B2 den Schutz der Leberzellen vor oxidativem Stress.



COSMOTERRA LECITHIN PLUS PULVER enthält den patentierten PANMOL®-B-KOMPLEX. Dieser enthält natürliche B-Vitamine, gewonnen aus hochwertigen Quinoa-Keimlingen. Die nachstehend genannten Vitamine liegen in einer einzigartigen Komplexität und Lückenlosigkeit vor: Vitamin B1 als Aneurin, TPP, TTP; Vitamin B2 als Riboflavin, FMN, FADH; Vitamin B3 als Niacin, NADH, NADPH; Vitamin B5 als Pantothenensäure, Coenzym A; Vitamin B6 als Pyridoxin, Pyridoxol, Pyridoxamin; Vitamin B7 als Biotin, Biocytin; Vitamin B9 als Folsäure, Folate; Vitamin B12 als Cyanocobalamin, Methylcobalamin.

Folgende wertbestimmende Faktoren sind in einer Tagesdosis (= 10 g) LECITHIN PLUS Pulver enthalten:

Inhaltsstoffe	pro Tagesdosis (= 10 g)	RDA*
Vitamine:		
Vitamin B1 (Thiamin)	0,2 mg	15 %
Vitamin B2 (Riboflavin)	0,2 mg	15 %
Vitamin B3 (Niacin)	2,4 mg	15 %
Vitamin B5 (Pantothenensäure)	30 mg	500 %
Vitamin B6 (Pyridoxol)	0,2 mg	15 %
Vitamin B7 (Biotin)	7,5 mcg	15 %
Vitamin B9 (Folsäure)	30 mcg	15 %
Vitamin B12 (Cobalamine)	0,4 mcg	15 %
Vitamin E	24 mg	200 %
Weitere wertbestimmende Faktoren:		
Sojalecithin	7 g	
enthält Omega 6 Linolsäure	2 g	
enthält Phosphatidylcholin	1,6 g	
enthält Phosphatidylethanolamin	1,4 g	
enthält Phosphatidylinositol	980 mg	
enthält Omega 3 Linolensäure	238 mg	
Inositol	1 g	
Cholin (tlw. aus Sojalecithin)	324 mg	

*RDA (Recommended Daily Allowance) = empfohlene tägliche Zufuhrmenge. Die Werte der Inhaltsstoffe beruhen auf Durchschnittsanalysen.

Zutaten:

Sojalecithin, Bananenfruchtpulver, Inositol, Cholinbitartrat, PANMOL®-B-COMPLEX (vitaminreiche Quinoa-Keimlinge), Aroma, d-alpha-Tocopheryllacetat, Kieselerde, Calcium-D-pantothenat, Süßungsmittel Stevioglycoside.

Frei von Gluten und Laktose. Nahrungsergänzungsmittel mit Süßungsmitteln.

Frei von Gluten und Laktose.

Nahrungsergänzungsmittel mit Süßungsmitteln.

Verzehrempfehlung:

Einmal täglich einen gestrichenen Messlöffel (= ca.10 g) in 1/8 Liter Milch oder Wasser auflösen und trinken.

Packungsgröße: 300 g Pulver

Fragen Sie Ihre(n) Cosmoterra-Geschäftspartnerin nach weiteren Produkten aus der langjährigen Cosmoterra- Forschung.

Cosmoterra Ernährungsberatungs-GmbH

Moosham 29, A-5585 Unternberg

Telefon: +43 (0) 6476 / 651-0

Telefax: +43 (0) 6476 / 651-777

E-Mail: office@cosmoterra.com

Internet: www.cosmoterra.com

Energetik
Nährstoffe
Ranita
Anita Rosenbaum Wohlsein
ganzheitl. Gesundheitsberatung
8225 Zeil 220 • 0664/1335300
www.ranita.at

CosmoTerra
...ergänzt was fehlt