



ferro vital+

Zur Eisenversorgung
bei erhöhtem Eisenbedarf

1 mal
täglich eine
Kautablette



Kautablette mit
fruchtigem
Waldbeeren-Geschmack

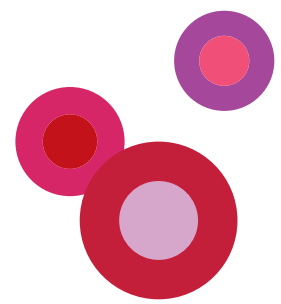


Made in Germany



ferro vital+ Zur Eisenversorgung bei erhöhtem Eisenbedarf

WICHTIGE NÄHRSTOFFE und deren WIRKUNG



FOLAT

- ✓ Für eine normale Blutbildung
- ✓ Hat eine Funktion bei der Zellteilung

VITAMIN C

- ✓ Erhöht die Eisenaufnahme
- ✓ Normaler **Energiestoffwechsel**
- ✓ Trägt dazu bei, die Zellen vor **oxidativem Stress** zu schützen

ALLE INHALTSSTOFFE

- ✓ Tragen zur **Verringerung** von **Müdigkeit** und **Ermattung** bei
- ✓ Unterstützen die normale Funktion des **Immunsystems**

EISEN

- ✓ Trägt zur **normalen Bildung** von roten Blutkörperchen und Hämoglobin bei
- ✓ Trägt zu einer normalen **kognitiven Funktion** bei
- ✓ Trägt zu einem **normalen Sauerstofftransport** im Körper bei

SCHNELLE EISENVERSORGUNG FÜR

Schwangerschaft & Stillphase

- Höherer Eisenbedarf aufgrund der Blutbildung in der **Placenta** und **Gebärmutter**
- **Das noch ungeborene Kind** entwickelt einen eigenen Eisenspeicher

Blutverlust

- Nach **Verletzungen** unterstützt Eisen die Bildung neuer Blutzellen
- Vor den Wechseljahren einer Frau – Blutverlust während der **Menstruation** verursacht Eisenmangel

Senioren

- Blutbildung findet im Knochenmark statt. Ältere Menschen mit **eingeschränkter Muskelfunktion** und Muskelbildung können an Eisenmangel leiden

Kinder

- Kinder und Jugendliche in ihrer Wachstumsphase haben einen erhöhten Eisenbedarf

Eisenmangel durch Ernährung

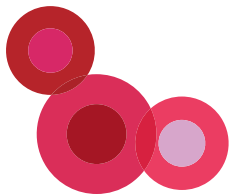
- Personen mit **einseitiger Ernährung** (z.B. Vegetarier)
- Änderung bei Ernährungsgewohnheiten (z.B. Diät)

Sport

- Leistungssportler (Ausdauersport) benötigen viel **Sauerstoff**, der vom Blut/Eisen im Körper transportiert wird
- Erhöhter Bedarf an Sauerstoff während des Wanderns in höheren Gebirgslagen

IHRE ferro vital+ LÖSUNG:

- ➔ Nur **1 Kautablette am Tag**
- ➔ **Hohe Verträglichkeit** durch verzögerte Wirkstofffreisetzung
- ➔ Aufgrund der **mikroverkapselten Form** des Eisens in ferro vital+ verursacht das Präparat **keine Verdauungsbeschwerden**



ferro vital+ Tipps zur Verringerung von Müdigkeit und Ermattung



LIFESTYLE

- ✓ **Schlafen Sie ausreichend** – Konzentrieren Sie sich beim Einschlafen auf das Atmen
- ✓ **Treiben Sie aktiv Sport** – positiver Effekt auf Körper und Geist
- ✓ **Entspannung** (Yoga oder Meditation) – Erholung für Körper und Seele

ERNÄHRUNGSTIPPS GEGEN MÜDIGKEIT

- ✓ **Obst und Gemüse** – insbesondere mit **Vitamin B** (z.B. Mais, Avocado, grüne Bohnen, selbstgemachte Fruchtsäfte)
 - positive Wirkung auf das Nervensystem
- ✓ **Vitamin C** (z.B. Kirschen, Erdbeeren, Orangen, Tomaten)
 - Energielieferant und Zellschutz, unterstützen die Nebennieren und **Steigerung der Energieeffizienz**
- ✓ **Kohlenhydrate** (z.B. Gemüse, Hafer, Gerste, Bohnen)
 - **Energielieferant**
- ✓ **Eiweiß** (z.B. Hühnchen ohne Haut, Lachs)
 - **Balance**



1. **Trinken Sie ausreichend Wasser**
2. **Frühstück** (reich an Kohlenhydraten wie z.B. Cerealien oder Vollkornbrot) – Steigerung der Energie am Morgen
3. **Vermeiden** Sie zuviel **Kaffee** – dieser fördert innere Unruhe und Nervosität
4. **Lassen Sie keine Mahlzeit aus** – Essen liefert dem Körper Energie (vermeiden Sie fettreiches, zuckerhaltiges und salziges Essen)
5. **Überessen** Sie sich nicht – essen Sie mehrere Mahlzeiten am Tag um den Blutzuckerspiegel konstant zu halten
6. **Machen** Sie einen **Spaziergang und dehnen** Sie sich nach dem Mittagessen – dies steigert die Energie und fördert die Durchblutung



Denk Nutrition ist eine Sparte der
Denk Pharma GmbH & Co.KG
Prinzregentenstr. 79
81675 München | **Deutschland**

www.denk-products.de