



Nahrungsergänzung

SEVEN MORNING - vegane Natursubstanzen

Nicht mit allen Nahrungsergänzungsmitteln kann ein großartiger Nutzen und therapeutischer Effekt erzielt werden.

Das Wissen um qualitative Unterschiede ist wesentlich, um gewünschte Effekte zu erzielen.

Aufklärung Nahrungsergänzung – Qualitätsmerkmale

Wenn wir Nahrungsergänzungen zu uns nehmen, dann immer aus einem Grund: Wir möchten unserer Gesundheit zuträglich sein. Dabei sollten wir uns jedoch auch im Klaren sein, dass Nahrungsergänzungen nicht immer den von uns gewünschten Effekt haben.

Wir raten zwischen drei wesentlichen Merkmalen zu unterscheiden:

1. **Synthetische Nahrungsergänzungsmittel**
2. **Natürliche Nahrungsergänzungsmittel**
3. **Vegane oder rein pflanzliche Nahrungsergänzung**

Synthetische Nahrungsergänzung

Ärzte, Gesundheitsportale, Heilpraktiker und das Österreichische Institut für Ganzheitliche Therapie ÖIGT warnen zu Recht vor künstlichen, also synthetischen Präparaten.

Sogenannte künstliche Laborpräparate können gesundheitsschädliche Folgen haben. Das liegt daran, dass ihr Körper diese Stoffe aufgrund der geringen Bioverfügbarkeit wenig bis gar nicht verwerten kann. Wenn er sie also nicht aufnehmen kann, muss er sie wieder loswerden und das geschieht über ihre Entgiftungsorgane, hauptsächlich über ihre Niere und ihre Leber. Diese sind nun erheblich beschäftigt, diese synthetischen „Nahrungsergänzungen“ wieder auszuscheiden. Dies stellt eine erhebliche Belastung für ihre Organe dar und ist eher das Gegenteil von gesund.

Der Preis: Synthetische Nahrungsergänzung ist meist in der Anschaffung um vieles billiger als rein pflanzliche Substanzen. Bedenken sie jedoch, dass ihr Körper diese Stoffe wieder ausscheidet, scheint es dann doch nicht so günstig zu sein, abgesehen davon dass es ihrer Gesundheit nicht zuträglich ist, da es ihre Entgiftungsorgane mit der Ausscheidung synthetischer Nahrungsergänzung belastet.

Natürliche Nahrungsergänzung

Natürliche Nahrungsergänzungsmittel haben eine höhere Bioverfügbarkeit, Ihr Körper kann sie zum größten Teil positiv verwerten. Der Nachteil ist, dass in natürlichen Ergänzungsprodukten nicht immer nur pflanzliche, sondern auch tierische Substanzen enthalten sind. Ein Beispiel ist Glucosamin. 95% des herkömmlich am Markt erhältlichen Glucosamins wird aus Grünlippmuschel gewonnen und ist somit eine natürliche Substanz, auch wenn sie nicht

pflanzlich ist. Die Bioverfügbarkeit dieser herkömmlich tierischen Glucosaminprodukte ist äußerst gering und liegt lediglich bei maximal 8%.

Grünlippmuschelextrakte besitzen Anteile der Wirkstoffe Glucosaminglycan und Mucopolysacchariden, welche zu Therapiezielen bei Gelenksproblemen und zur Reduktion von Entzündungen, im Handel angeboten werden. Wenn wir die Bioverfügbarkeit mit pflanzlichem **veganen Glucosamin** vergleichen, wird dieser Unterschied schnell deutlich: Veganes Glucosamin HCl liegt mit seiner Bioverfügbarkeit bei 98%.

Muscheln ernähren sich von den Schwebeteilchen aus dem Wasser ihres Lebensraumes. Sie filtern also die Mengen an Schwebeteilchen aus dem Wasser, die sie für ihren täglichen Nahrungsbedarf benötigen.

Dazu verfügen sie über ein geniales Pumpsystem, mit dem eine einzige kleine Muschel pro Tag ca. 1000 Liter Wasser durch ihren Körper pumpt, um zu ihren Schwebeteilchen zu kommen.

Diese Muscheln werden in Wasserfarmen gezüchtet und hier beginnt die Problematik. Die Ausscheidungen von zigtausender Muscheln sind im Wasser dieser Farmen, welche den Lebensraum der Muscheln darstellen. Wenn sie die Ausscheidungen zigtausender Muscheln nun durch ihren Körper pumpen, kommt es regelrecht zu einer Selbstvergiftung.

Ob das für die Gesundheit zuträglich ist, bestimmt jeder für sich selbst.

Auch natürliche Substanzen sind oft in Gelatine-Kapseln gefüllt. Gelatine wird hauptsächlich aus Schweineschwarten hergestellt, zu einem geringeren Teil aus Rind, Geflügel und Fisch. Das Gelmittel wird in einem aufwendigen Verfahren aus Knochen, Haut oder Bindegewebe der Tiere extrahiert. Diese Tiere stammen zu einem Großteil aus Tierfabriken. Die Zellen dieser Tiere sind gespeist von Stress und Angst. Auswirkungen auf den Menschen sind hinreichend bekannt.

Reine pflanzliche vegane Nahrungsergänzungsmittel aus biologischen Rohstoffen

Diese Substanzen sind wirklich rein pflanzlich und sollten alle sekundären Pflanzenwirkstoffe beinhalten.

In Bezug auf den Menschen schenkte man den sekundären Pflanzenstoffen lange Zeit kaum Beachtung. Anders als Vitamine und Mineralstoffe wurden sie als mehr oder weniger nutzlos angesehen.

Heute ist bekannt, dass sekundäre Pflanzenstoffe auch beim Menschen wichtige Schutzfunktionen erfüllen. Ein Teil der gesundheitsfördernden Wirkungen von Obst und Gemüse wird mittlerweile auf diese bioaktiven Substanzen zurückgeführt.

Auch bei rein pflanzlich veganen Nahrungsergänzungsmitteln aus biologischen Rohstoffen gibt es noch Unterschiede in der Qualität

Haben sie sich nun bewusst für hochwertige vegane Nahrungsergänzung entschieden, dann sollten sie noch darauf achten, ob diese auch frei von jeglichen Zusätzen sind. Bei maschinell abgefüllten Kapseln werden meist Bei-, Füll- und Hilfsstoffe, wie z.B. Rieselstoffe zugesetzt, damit die Düsen der Maschinen nicht verstopfen. Solche Beistoffe sind jedoch in rein pflanzlichen Nahrungsergänzungen völlig unerwünscht. Außerdem reduziert sich dadurch natürlich die Substanz in der Kapsel, auf die es uns ankommt.

Fazit: Achten sie daher auch auf die Menge des gewünschten pflanzlichen Inhaltsstoffes pro Kapsel.

Wir beziehen uns bei unserer Ausbildung nur auf erstklassige Qualität von SEVEN

MORNING® Nahrungsergänzungsmitteln, für andere Produkte gelten die Inhalte dieser Skripten nicht, da sich unsere Qualitätskontrollen einzig auf die Premiumprodukte von SEVEN MORNING® beziehen und wir für diese auch bürgen.

SEVEN MORNING® Nahrungsergänzungsmittel sind selbstverständlich rein pflanzliche vegane Nahrungsergänzungsmittel aus biologischen Rohstoffen. Sie werden liebevoll in Handarbeit abgefüllt.

Bei SEVEN MORNING® arbeiten ausschließlich Menschen und keine Maschinen.

SEVEN MORNING® Vegane Natursubstanzen sind

- **Frei von synthetischen Zusatzstoffen**
- **Frei von Bei-, Füll- und Hilfsstoffen**
- **Frei von Laktose, Gluten, Hefe, Soja, Zucker, Ei, Weizen**
- **Frei von tierischen Produkten (für vegane Ernährung geeignet)**
- **Werden ohne Gentechnik hergestellt**
- **Werden ohne Tierversuche hergestellt**
- **Rein pflanzliche Zellulose-Kapsel**

Kein Aluminium!

Einige am Markt erhältlichen Nahrungsergänzungsmittel-Dosen werden mit Aluminiumplättchen versiegelt. Diese Aluminiumfolien werden durch ein Induktions-Versiegelungsverfahren aufgebracht, in dem sie durch ein hochfrequentes elektromagnetisches Feld extrem hoch erhitzt werden.

Dieses Verfahren wird von SEVEN MORNING® bewusst nicht verwendet!

Da wir selbst einen kleinen Gnadenhof im Burgenland betreiben, ist es uns ein selbstverständliches Bedürfnis, Menschen, Tieren und Pflanzen mit Respekt zu begegnen und das Gleichgewicht der Natur zu erhalten. Diesen Grundsatz halten wir auf allen Ebenen ein. So sind auch unsere Verpackungen für Nahrungsergänzungen aus BIO-Kunststoff CO2 bewusst produziert.

Bezugsquellen:

www.seven-morning.com

www.elfenshop.at