

Zutaten / Zusammensetzung:

Magnesiumcarbonat, Rhodiola rosea Wurzelextrakt, Kapselhülle: Hydroxypropylmethylcellulose; Vitamin B₁
60 Kapseln pflanzlicher Herkunft; Nettofüllmenge 411 mg

- ➔ **Rein pflanzlich**
- ➔ **Ohne Gentechnik**
- ➔ **Magnesium & Vitamin B₁ plus Rosenwurzextrakt**



Ø-Gehalte pro	Tagesportion (= 1 Kapsel)	100 g
Magnesium*	60 mg ¹	11,86 g
Vitamin B ₁	1,2 mg ²	0,24 g

¹⁾ 16 % der Nährstoffbezugswerte (NRV) nach VO (EG) Nr. 1169/2011.

²⁾ 109 % der Nährstoffbezugswerte (NRV) nach VO (EG) Nr. 1169/2011.

* Magnesium trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei.

Eine Kapsel enthält 200 mg Rodiola rosea Wurzelextrakt.

Verzehrempfehlung:

Wir empfehlen 1 Kapsel täglich morgens zu dem Frühstück mit ausreichend Flüssigkeit zu verzehren.

Hinweis

Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Trocken, kühl und außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern. Bitte überschreiten Sie nicht die empfohlene tägliche Verzehrmenge.

Rosenwurz 60 Kapseln PZN* 4187691

* PZN = Apotheken-Bestellnummer

Wo erhalten Sie unsere Produkte?

sanitas-Produkte erhalten Sie in unserem Onlineshop auf www.sanitas.de oder in Ihrer Apotheke.

Sollte Ihre Apotheke einen unserer Artikel einmal nicht vorrätig haben, so nennen Sie dem Apotheker einfach die Apotheken-Bestellnummer (PZN).

Rosenwurz 60 Kapseln PZN* 4187691



Telefon 05233 93899

Wir sind persönlich für Sie da! Wenn Sie Fragen zu unseren Produkten haben, rufen Sie uns gerne an.

Sollten wir einmal telefonisch nicht erreichbar sein, können Sie uns gerne Ihre Anfrage oder Bestellung auf dem Anrufbeantworter hinterlassen.



Fax 05233 997084

Ihre Anfrage oder Bestellung können Sie uns auch gerne faxen.



Post

Schicken Sie Ihre Anfrage oder Bestellung per Post an:
sanitas GmbH & Co. KG
- Bestellannahme -
Billerbecker Str. 67
32839 Steinheim



eMail

info@sanitas.de

* PZN = Apotheken-Bestellnummer

Händlerstempel



sanitas
Natürlich vital

Rosenwurz

(*Rhodiola rosea*)

Nahrungsergänzungsmittel mit Rosenwurzextrakt, Magnesium und Vitamin B₁



www.sanitas.de

Rhodiola rosea

Rhodiola rosea, die Rosenwurz, gehört zur Familie der Dickblattgewächse und ist in Zentral- und Nordasien, insbesondere in der Mongolei bis hinein in einige Regionen Sibiriens, weit verbreitet. In Europa findet man die Pflanze in Island, auf den Britischen Inseln, in Teilen Skandinaviens, aber auch in den Gebirgsregionen des Balkans. Die Verwendung der *Rhodiola rosea* hat eine lange Geschichte, denn schon die alten chinesischen Kaiser schickten ihre Boten nach Sibirien, um die begehrte Pflanze zu besorgen. Wurde Rosenwurz in früherer Zeit in erster Linie wegen seiner Duftstoffe angebaut und verarbeitet, so stehen heute seine Inhaltsstoffe im Zentrum des Interesses.



Bei *Rhodiola rosea* kommt es insbesondere auf die enthaltenen Pflanzenstoffe Rosavin und Salidroside und den verwendeten Rosenwurzelextrakt an.

Diese Faktoren bestimmen entscheidend die Qualität eines Rosenwurzelextrakt-Präparats. Eine Kapsel von sanitas-Rosenwurz enthält bereits 200 mg *Rhodiola rosea* Wurzelextrakt. Wir empfehlen eine Kapsel pro Tag, idealerweise am Morgen mit dem Frühstück und reichlich Flüssigkeit, einzunehmen.

Das Gehirn - Ein Netzwerk aus Nervenzellen

Bereits durch eine einzige winzige Information werden Zehntausende dieser Nervenzellen miteinander vernetzt. Dieses gigantische Netzwerk ist unter anderem zuständig für unsere mentale Vitalität und Leistungsfähigkeit, unsere Gedanken und Ideen, das Erinnerungsvermögen, aber auch für unsere Konzentrations- und Merkfähigkeit.



Das Gehirn kann „müde“ werden

So kann man auch bereits in jungen Jahren durch Alltagshektik und eine starke Belastung durch Stress im Arbeits- oder Privatleben vergesslich, konfus oder unkonzentriert wirken. Später hat dies häufig andere Ursachen: So nimmt mit zunehmendem Alter das Gehirnvolumen und die Anzahl der Nervenzellen ab. Auch die Konzentration der Botenstoffe, der sogenannten Neurotransmitter, die für einen schnellen Austausch der Informationen zwischen den Nervenzellen verantwortlich sind, ist nicht mehr im Gleichgewicht. Das Gehirn ist sozusagen „müde“ geworden.



Körperliche und mentale Fitness

Zur Unterstützung eines normalen Nervensystems und psychischer Funktionen ist eine ausreichende Versorgung mit **Magnesium** und **Vitamin B₁** zu empfehlen.

Magnesium ist ein für den menschlichen Energiestoffwechsel unverzichtbarer Mineralstoff. Neben Kohlenstoff, Sauerstoff, Wasserstoff, Stickstoff, Schwefel, Phosphor, Kalium, Kalzium und Eisen gehört es zu den zehn wichtigsten Elementen, die der Mensch zum Leben braucht. Magnesium wird durch Stoffwechselprozesse ständig verbraucht und vom Körper ausgeschieden und muss deshalb täglich neu zugeführt werden. Laut Stellungnahme der EFSA, der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit, trägt Magnesium u.a. bei

- ➔ zu einer Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung
- ➔ zu einer normalen Funktion des Nervensystems
- ➔ zu einer normalen psychischen Funktion
- ➔ zu einer normalen Muskelfunktion
- ➔ zu einem normalen Energiestoffwechsel
- ➔ zu einer normalen Eiweißsynthese

Vitamin B₁, auch Thiamin genannt, ist ein wasserlösliches Vitamin. Laut der EFSA trägt Thiamin ebenfalls zu einer normalen psychischen Funktion und einer normalen Funktion des Nervensystems sowie einem normalen Energiestoffwechsel bei.

Eine tägliche und ausreichende Versorgung mit diesen essentiellen Mikronährstoffen ist daher sehr empfehlenswert zur Gesunderhaltung von Körper und Geist.

Unser Extra-Tipp:

Etwas Bewegung an der frischen Luft, einige Minuten „Gehirnjogging“ (z.B. ein Sudoku oder ein Kreuzworträtsel lösen oder einen Text verkehrt herum lesen) oder zwischendurch ein paar Entspannungstechniken einbauen (z.B. Streck- oder Gähnungsübungen) und viel trinken können die Konzentrations- und Gedächtnisleistung zusätzlich verbessern.