

*Eine Kombination von Pflanzenextrakten, Vitaminen und Mineralien, welche dazu beitragen kann, die Gehirnfunktion zu unterstützen und den zelleigenen Recycling-Mechanismus zu fördern.*

### Grundlagen:

Mit zunehmendem Alter kommt es immer mehr zu Proteinablagerungen im Gehirn, wodurch die Nervenleitgeschwindigkeit beeinträchtigt wird. Einige Lebensmittel enthalten Nährstoffe, welche die Gehirnfunktionen positiv beeinflussen können. Dazu zählt auch Spermidin. Dieser Stoff ist in den letzten Jahren zu einer Art Superstar avanciert. Er gehört zu einer Gruppe sekundärer Pflanzenstoffe, die als „Sirtuin-Aktivatoren“ bezeichnet werden. Der Name Spermidin beruht darauf, dass man den Stoff erstmals in der männlichen Samenflüssigkeit nachgewiesen hat. Allerdings gibt es auch noch andere Quellen für Spermidin. Bestimmte Lebensmittel wie Weizenkeime, getrocknete Sojabohnen, gereifter Käse, Kidneybohnen und viele Pilze sind besonders reich an diesem Naturstoff.

Zu den wichtigsten Aufgaben von Spermidin zählt ein Prozess, der auch als Autophagie bekannt ist. Während in jungen Jahren dieser Prozess noch sehr gut funktioniert, arbeitet dieses System mit fortgeschrittenem Alter nicht mehr so effektiv. Es häuft sich immer mehr molekularer Müll in den Zellen an. Es wird davon ausgegangen, dass unser Körper ca. ein Drittel des täglich benötigten Spermidingehaltes selber produziert. Unter anderem bilden unsere Darmbakterien einen Großteil dieses wichtigen Nährstoffes. Um den körpereigenen Recycling-Prozess noch stärker anzukurbeln, wird jedoch empfohlen, vermehrt auf Lebensmittel zurückzugreifen, die reich an Spermidin sind, um so den täglichen Bedarf an Spermidin sicher zu stellen, und gleichzeitig auch die Gehirnfunktionen zu unterstützen.

Zu diesen Lebensmitteln zählen:

**Weizenkeime:** Das Extrakt dieser Getreidekeimlinge ist reich an Protein, Fettsäuren und Vitaminen. Zudem verfügen Weizenkeime über einen sehr hohen Gehalt an Spermidin. Es hat sich gezeigt, dass eine Ernährung reich an Weizenkeimen bereits nach drei Monaten den körpereigenen Spermidinspiegel anheben und dadurch dazu beitragen kann, die Gedächtnisleistungen signifikant zu verbessern.

### Astaxanthin:

Ist vor allem in Schalentieren enthalten, insbesondere in Garnelen, Krebsen, Hummer und Krabben sowie Lachs und Algen. Dieses Carotinoid kann die Zellen schützen und die Energieübertragung unterstützen.

### Heidelbeeren:

Diese Früchte haben einen sehr hohen Gehalt an Polyphenolen, zu denen vor allem die hochwirksamen Anthocyane zählen. Diese sind für ihre antioxidative und antiinflammatorische Wirkung bekannt.

### Grüntee:

Ist reich an wertvollen Inhaltsstoffen wie den Katechinen. Diese können dazu beitragen, die Gehirnzellen zu schützen, und so die kognitive Leistungsfähigkeit zu steigern. Dies ist vor allem auf Epigallocatechin-Gallat (EGCG), ein Flavonoid, zurückzuführen, das die Fähigkeit haben soll, die Bildung von Plaques im Gehirn zu verhindern, ein Prozess, der vor Neurodegeneration schützen könnte.

**Kurkuma:** Der aktive Bestandteil des asiatischen Gewürzes Kurkuma (*Curcuma longa*), ein Verwandter des Ingwers, ist Curcumin. Der sekundäre Pflanzenstoff aus der Gelbwurz verleiht den indischen Currygerichten ihre charakteristische gelbe Farbe. Darüber hinaus kann Curcumin die Mitochondrien der Gehirnzellen gegen oxidativen Stress schützen. Außerdem hat sich gezeigt, dass der regelmäßige Konsum von Kurkuma die Gedächtnisleistung verbessert, und der Abbau der Nervenzellen im Gehirn verlangsamt werden kann.

**Piperin** kommt in schwarzem Pfeffer vor und kann die Bioverfügbarkeit verschiedener Mikronährstoffe steigern.

Sollte die Aufnahme dieser Nährstoffe durch die Ernährung nicht ausreichen oder ein erhöhter Bedarf bestehen, können sie durch spezielle Nahrungsergänzungsmittel supplementiert werden.

## Inhaltsstoffe:

### Eine Kapsel enthält:

Weizenkeimextrakt	505 mg
enthält 1 mg Spermidin	
Natürliches AAstxanthin	1 mg
Heidelbeer Fruchtextrakt	12,5 mg
Grüntee Blattextrakt	50 mg
Kurkuma Wurzelextrakt	50 mg
Bioperine®	2,5 mg

### Andere Inhaltsstoffe:

SiO<sub>2</sub>, Magnesiumstearat.

### Verzehrempfehlung:

Im Normalfall eine Kapsel täglich mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

## Hinweise:

Nahrungsergänzungsmittel dienen nicht als Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die empfohlene tägliche Verzehrsmenge darf nicht überschritten werden. Außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren. Lichtgeschützt und trocken bei Raumtemperatur lagern. Die publizierten Informationen sind keine Heilaussagen und nicht als Aufforderung oder Anregung zur Selbstmedikation gedacht.

Einige der oben getroffenen Aussagen zu einzelnen Mikronähstoffen sind zwar aus wissenschaftlichen Arbeiten abgeleitet, aber von den offiziellen Behörden wie z.B. der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) als „noch nicht ausreichend belegt“ eingestuft worden, sodass keine positive Wirkung bestätigt werden kann.

Das hier beschriebene Produkt wurde weder von der Food and Drug Administration (FDA; USA) noch der europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA; Europa) abschließend bewertet. Dieses Produkt ist nicht zur Diagnose, Behandlung, Heilung oder Vorbeugung von Krankheiten bestimmt.

Irrtum sowie Satz- und Druckfehler vorbehalten. VBX-1-24

Hersteller



**VitaBasix®**

by LHP Inc.

[www.vitabasix.com](http://www.vitabasix.com) | [info@vitabasix.com](mailto:info@vitabasix.com)