

Visiochron® ist eine chronobiologische Zusammensetzung von Mikronährstoffen zur Ergänzung all der Vitalstoffe, die ernährungsbedingt fehlen oder die auf Grund bestimmter Lebensstile vermehrt benötigt werden, um die Erhaltung normaler Sehkraft zu unterstützen.

### Grundlagen:

Mit fortschreitendem Alter lassen einzelne Körperfunktionen immer mehr nach, auch die Augen können sich zunehmend verschlechtern. Die Makula (auch als gelber Fleck bezeichnet) sitzt in der Mitte der Netzhaut. Dort befinden sich viele Sinneszellen. Die Makula ist für scharfes und farbiges Sehen zuständig. Leider müssen unsere Augen über die Jahre vielen Belastungen standhalten. Bildschirmarbeit, UV-Strahlung, Stress sowie eine schlechte Ernährung können sich negativ auf die Sehkraft auswirken. Personen, die einen Großteil des Tages im grellen Sonnenlicht verbringen, sollten sich der Gefahren von übermäßigem Lichteinfluss auf die Augen bewusst sein und daher stets auf einen hohen Anteil von Lutein und Zeaxanthin in der täglichen Ernährung achten. Doch auch andere Nährstoffe sind wichtig, um eine optimale Funktion der Augen zu gewährleisten

Hierrunter sind u.a. folgende Mikronährstoffe zu benennen:

**Lutein und Zeaxanthin:** Lutein und Zeaxanthin kommen in der Natur immer zusammen vor. Hohe Konzentrationen von Lutein findet man in dunklem Blattgemüse wie Kohl, Grünkohl und Spinat, aber auch im Eidotter finden sich nennenswerte Mengen an Lutein. Zeaxanthin ist ebenfalls in diesen Nahrungsmittelquellen sowie in Mais und anderen Gemüsesorten enthalten. Beide Nährstoffe wirken sich zellschützend in der Netzhaut aus und können so zum Erhalt einer normalen Augenfunktion beitragen.

**Resveratrol:** Dieser Vitalstoff wird oftmals als standardisierter Extrakt aus roten Traubenkernen bezeichnet. Es ist nicht nur eines der stärksten Zellprotektoren überhaupt, sondern auch sehr bekannt wegen der unterstützenden Wirkung auf das Gefäßsystem, insbesondere auf die sehr dünnen und empfindlichen Kapillaren, wie sie in den Augen vorkommen. Auch Kakao, Erdnüsse, Pistazien und Beeren enthalten diesen Nährstoff. Den höchsten Gehalt an Resveratrol findet man hingegen im japanischen Staudenknöterich.

**Vitamin E** wird am häufigsten in den Zellmembranen gefunden. Vitamin E kann zum Schutz der Zellen vor zu viel Stress beitragen. Der Körper braucht Vitamin E auch, um wichtige Omega-3-Fettsäuren zu erhalten. Nahrungsmittel, die viel Vitamin E enthalten, umfassen verschiedene Öle, Nüsse, Samen sowie grünes Gemüse.

**Vitamin C:** Zitrusfrüchte gelten als die klassischen Hauptlieferanten von Vitamin C. Aber auch viele Gemüsesorten wie Paprika, Brokkoli und Kohl sind reich an Vitamin C. Vitamin C trägt dazu bei, die Kollagensynthese zu unterstützen. Dieser Prozess ist wichtig für die Augen und die darin enthaltenen dünnen Blutgefäße. Vitamin C dient außerdem als Zellschutz, da es dazu beitragen kann, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

**Zink:** Zink ist u.a. in Fleisch, Milchprodukten, Fisch, Vollkorngetreide, Hülsenfrüchten und Nüssen enthalten. Auch dieses Spurenelement hat positive Wirkung auf die Augen. Zink ist ein wichtiger Bestandteil vieler Enzyme und ihrer Co-Faktoren. Zink trägt zum Erhalt einer normalen Sehkraft bei, indem es die Zellmembranen stabilisiert und das Transportsystem durch diese reguliert.

**Lycopene:** Ist ein Carotinoid-Farbstoff. Dieser verleiht z.B. Tomaten die intensive rote Farbe, muss aber durch Erwärmen der Frucht erst aus der Schale herausgelöst werden. Aufgrund seiner vielfältigen Eigenschaften kann Lycopene zum Erhalt einer normalen Sehkraft beitragen.

**Kupfer:** Neben Kakao, Kaffee, Tee, Hülsenfrüchten und Vollgetreide enthalten auch Schalentiere und Innereien viel Kupfer. Dieses Spurenelement kann zu einem normalen Energiestoffwechsel und einem normalen Immunsystem beitragen, beides Voraussetzungen zum Erhalt der normalen Sehkraft.

**Omega-3:** Diese Fettsäuren finden sich in vielen Fischarten wie Thunfisch, Makrele, Lachs, Forelle sowie in bestimmten Speiseölen sowie Nüssen und Samen. DHA und EPA können im Körper aus Alpha-Linolensäure gebildet werden, und gehören zu den sogenannten Omega-3-Fettsäuren (dreifach ungesättigte Fettsäuren), die wichtige Funktionen im Organismus erfüllen. Omega-3-Fettsäuren können dazu beitragen, eine normale Herzfunktion wie auch ein normales Sehvermögen zu unterstützen.

**Heidelbeer Früchte:** Die darin enthaltenen Anthocyane verleihen der Frucht ihre blaue Farbe. Diese Pflanzenfarbstoffe haben positive Wirkung auf die Blutgefäße, speziell in den Augen. Heidelbeeren können darüber hinaus dazu beitragen, die Sehorgane mit ausreichend Nährstoffen und Sauerstoff zu versorgen.

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

Einige dieser Nährstoffe werden morgens besser aufgenommen und aktivieren den Körper, andere hingegen werden zum Abend besser aufgenommen und unterstützen die Regeneration. Chronobiologisch ausgerichtete Produkte tragen diesem Sachverhalt entsprechend Rechnung.

## Inhaltsstoffe:

AM Kapsel (Morgen)	Tagesdosis
Lutein	5 mg
Zeaxanthin	1 mg
Lycopon	1 mg
Vitamin C	100 mg
Vitamin E (als D-Alpha-Tocopherylsäuresuccinat)	20 mg
Zink (Zn)	10 mg
Omega-3 Komplex (enthält EPA 60 mg, DHA 40 mg)	100 mg

### Andere Inhaltsstoffe:

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

PM Kapsel (Abend)	Tagesdosis
Lutein	5 mg
Heidelbeer Fruchtextrakt	150 mg
Zink (Zn)	10 mg
Kupfer (Cu)	0,5 mg
Resveratrol	40 mg
Omega-3 Komplex (enthält EPA 60 mg, DHA 40 mg)	100 mg

### Andere Inhaltsstoffe:

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

### Verzehrempfehlung:

Im Normalfall 1 Kapsel AM (gelb) morgens und 1 Kapsel PM (blau) abends mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

Das Produkt ist glutenfrei, laktosefrei, nicht gentechnisch verändert. Kapselhülle vegetarisch.

Das Produkt enthält AM und PM hochwertige Omega 3 Fettsäuren.

## 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**<sup>®</sup>

by LHP Inc.

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