



**Gesundheitsförderung & Leistungssteigerung
durch intrazelluläre Entsäuerung
Therapiekonzepte mit System**



Information zur Broschüre

Diese Broschüre dient nur zur Information von Fachkreisen, wie Trainern, Physiotherapeuten, Medizinern und Therapeuten von Heilberufen und sollte nicht an Patienten weitergegeben werden.

Weitere Information finden Sie auf der Internetseite:
www.sanacare-world.com

Dort können Sie sich als Therapeut registrieren lassen und erhalten so einen Zugang zu den Fachkreisinformationen, Anwendungen, Schulungen und Seminaren, welche durch die jeweiligen Ansprechpartner durchgeführt werden.

Für weiterführende Informationen, Fragen und Anregungen stehe ich Ihnen / Dir selbstverständlich gerne zur Verfügung.

Esther Wimmer



Heilpraktikerin | Dipl. Oecotrophologin | ärztlich gepr.
Anti-Aging Trainerin
Erhardstr. 10, 92637 Weiden
Mobil: 0171 / 35 17 356
Email: info@vita-prevent.info
Regionalleiterin Sport für die SanaCare

Gesundheitsprodukte GmbH & Co.KG,
www.sanacare-world.com

3. Auflage, März 2014

Einer Verwendung der Broschüre als Vorlage für mediale Berichte ist nach Rücksprache und Einverständnis der Autorin Esther Wimmer möglich.

Literaturverzeichnis:

Titel	Autor	Datum
Die Muskuläre Energiebereitstellung im Sport	Dr. Kurt A. Moosburger www.dr-moosburger.at	2. Auflage Dezember 2009
Vernünftige Ernährung	Dr. Kurt A. Moosburger	2. Auflage März 2012
Fettverbrennung im Sport	Dr. Kurt A. Moosburger	2. Auflage Januar 2006
Trinken im Sport	Dr. Kurt A. Moosburger	2. Auflage August 2012
SanaCare Hydroxypathie Lösungen – statt nur Produkte Broschüre	Ronald Fischer	6. Auflage April 2013
Sportbroschüre	Ronald Fischer	2. Auflage April 2011
SanaCare Kompendium für Fachkreise	SanaCare Ronald Fischer	Aktuelle Fassung
SanaCare Patienteninformationsblätter	SanaCare Ronald Fischer	Aktuelle Fassung
Panaceo Sport-Studie www.panaceo.com	Dr. Knapitsch, FA f. Physikalische Medizin; Prof. Mag. Schmölzer, Sportwissenschaftler,	August 2004
Panaceo Sport Broschüre	Panaceo Deutschland GmbH	Aktuelle Fassung
Vortrag & Workshop: „Good Aging“	Esther Wimmer	September 2008
Vortrag & Workshop: „Mit ausgewogener Ernährung zum Wohlfühlgewicht“	Esther Wimmer	Januar 2009
Ernährungskonzept „Vita Prevent“	Esther Wimmer	Juni 2010

Hinweis: Sana Care Gesundheitsprodukte GmbH & Co. KG ist alleiniger Hersteller der Sana Activ-Wasser Getränke. Bei den angebotenen Nahrungsergänzungen sind wir frei und haben auch keine Lieferabhängigkeiten. Wir suchen uns die unserer Meinung nach besten natürlichen Inhaltsstoffe des Marktangebots aus, die wir Ihnen dann anbieten. Wir entwickeln die Rezepturen, lassen diese galenisch prüfen, verwenden - wenn möglich - pflanzliche Inhaltsstoffe auf ortho-molekularer Basis, damit wir Ihnen sinnvolle, reine und förderliche Adjuvanzen zur Verfügung stellen können.

Alle von SanaCare empfohlenen Mittel und die Beschreibung von Wirkungen beruhen auf empirischen Erfahrungen von Therapeuten und stellen nicht unbedingt die Meinung der herrschenden Schulmedizin dar. Die angegebene Verzehrmenge soll nicht überschritten werden. Bei Einnahme von SanaCare – Produkten sind keine Nebenwirkungen bekannt, wenn die Verzehrmenge eingehalten wird.

Fleisch: "Rotes Fleisch" (mager) sollte 1 - 2 x pro Woche auf dem Speiseplan stehen. Es ist die wichtigste und effizienteste Eisen- & Zinkquelle, neben den anderen wichtigen Nährstoffen und dem hochwertigen Eiweiß.

Fisch: Der Gehalt an ungesättigten Omega-3-Fettsäuren sorgt gerade beim Sportler für einen schnelleren Transport von Sauerstoff und Nährstoffen an ihren Bestimmungsort, die Zelle.

Hülsenfrüchte: Bohnen, Erbsen, Linsen - Hülsenfrüchte sind in ihrem Nährstoffspektrum unschlagbar und enthalten sehr viel hochwertiges pflanzliches Eiweiß neben großen Mengen an Magnesium, Kalium & B-Vitaminen. Es ist sinnvoll diese mehrmals wöchentlich zu verzehren.

Nüsse und Kerne: Walnüsse, Haselnüsse, Sonnenblumen- und Kürbiskerne enthalten viel Magnesium, Eiweiß, ungesättigte FS & Vitamin E

Noch ein paar kurze Ausführungen zu dem Thema Basische Ernährung und Basenpulver:

Basische Ernährung ist wichtig, um die Grundregulation aufrechtzuerhalten. Allerdings ist eine übersäuerte Zelle positiv geladen und stößt somit die wertvollen und dringend benötigten ebenfalls positiv geladenen Mineralien ab. => Sie kommen in der übersäuerter Zelle nicht an!

Basenpräparate sollen dem Körper die Mineralstoffe wieder zuführen, die er beim ständigen Ausgleich der Übersäuerung verbraucht hat.

Die Idee klingt einfach, funktioniert leider so nicht. Warum?

- Mineralien sind **positiv** geladen – siehe basische Ernährung
- Citrate (z.B. Magnesiumcitrat) können in einem "übersäuerten" Organismus durch den Austausch des Magnesiums mit Wasserstoff **Zitronensäure** bilden! Zitronensäure ist ein sog. Carrier für Leicht- und Schwermetalle, der die Blut-Hirnschranke überwindet - Mit allen Konsequenzen.
- **Viele der Mineralstoffe** in Basenpulvern werden überhaupt nicht vom Körper aufgenommen. Alle Mineralstoffe die im Körper nicht verwertet werden können, müssen von der Niere wieder ausgeschieden werden. Dies kann bei der Einnahme von viel Basenpulver zur Entstehung von Steinen beitragen.

Inhaltsverzeichnis:

Vorwort		4
Einführung:	Erfolgspyramide & Sportphysiologie	5
Kapitel 1:	Gesundheitsförderung & Leistungssteigerung durch intrazelluläre Entsäuerung - Therapiekonzepte mit System	9
1.1	Basistherapie:	
	SanaCare Basenkonzentrat	10
	Panaceo Sport	13
	SanaAstin	16
1.2	Weitere Therapiekonzepte mit SanaCare Produkten für Sportler	17
1.2.1	+ Therapie Herzkreislauf:	
	SanaQ10	18
	SanaEPA	19
	SanaBioB	19
1.2.2	+ Therapie Gelenke:	
	SanaMumjio / SanaSango	20
	SanaD3	21
	SanaKur bei Rheuma	21
	SanaArthro/ReguSana Arthro	22
1.2.3	+ Therapie Verletzungen:	
	SanaCid / SanaDerm	23
	SanaDolor	24
	SanaCyl	25
	SanaKur bei Schmerzen	25
1.2.4	+ Therapie Infektionen:	
	SanaOPC	26
	SanaIGC	27
	VitaBiosa	28
	ReguSanaZIST	28
1.2.5	+ Therapie Wettkampf:	
	SanaTranquillact	29
1.2.6	+ Therapie Rekonvaleszenz:	
	CellSana-Kuren	30
Kapitel 2:	Ernährung im Sport	32
Literaturverzeichnis		35

Vorwort von Ronald Fischer

Das harmonische Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele ist Grundlage für eine erfolgreiche sportliche Tätigkeit, sei es im Freizeitbereich oder im Leistungsbereich. Erfolg bedeutet für den einen Sportler das Erreichen von Höchstleistungen, Auszeichnungen und Rekorden, für den anderen einfach das Erreichen persönlicher Ziele.

Sportliche Leistungen sind nicht ausschließlich Erfolge eines richtigen Trainings mit gut entwickelter Muskelmasse, eines geeigneten Talentes, optimaler Lebensumstände und einer positiven mentalen Eignung.

Von ausschlaggebender Bedeutung ist insbesondere die Ernährung und zwar die richtige, körpergerechte Ernährung. Sie liefert schlussendlich den "Kraftstoff", ohne den die Muskulatur nicht optimal arbeiten kann. Ohne diesen "Kraftstoff" kann der Körper nicht in gewünschter Weise auf das Training reagieren. Diese Erkenntnis ist heute allgemein bekannt.

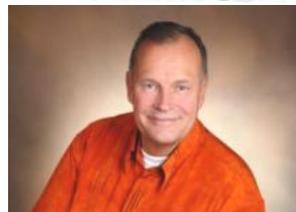
Sportler befinden sich immer an der Grenze der Leistungsfähigkeit, das bedeutet insbesondere für den Organismus und all seine Mechanismen - **Säuren- und Basenausgleich, Aufbau von Abwehrkräften, Erhaltung der Mineralstoffdepots** u. v. m. - enorme Anstrengungen.

Schon ein Mangel an irgendeinem Stoff kann sich beim Sportler viel früher auswirken. Andererseits ist er auch in der Lage, verhältnismäßig schnell zu beurteilen, was seine Leistung verbessert und ihm mehr Vitalität verschafft.

Gerade in letzter Zeit gibt es neue Erkenntnisse über oxidativen Stress, freie Radikale und das Zusammenwirken von verschiedensten biochemischen Reaktionen (Stoffwechsel), die mitbestimmend für den Erhalt der Gesundheit, insbesondere bei Sportlern, ist.

SanaCare bietet mit seinen innovativen Produkten Therapiekonzepte mit System für den Trainierenden und Trainer, damit sie auf Dauer erfolgreich ihre Ziele erreichen und die Verletzungsgefahr minimieren können.

Diese Broschüre dient als Anregung für Trainer und Trainierende und die angebotenen Maßnahmen ersetzen nicht die individuelle Beurteilung durch den Arzt, Trainer, Physiotherapeuten und Ernährungsberater.



Ronald Fischer
Gründer von SanaCare

...alles Leben beruht
auf Kommunikation..

Noch ein paar Worte zum **Trinken**.

Ein Flüssigkeitsdefizit beim Sport führt direkt zu einem Leistungsabfall. Vor dem Training mind. 0,5 Liter Wasser trinken – während der Trainingseinheit / Wettkampf möglichst alle 15 min ca. 250 ml in kleinen Schlucken trinken. Sollten Sie ein Durstgefühl entwickeln, hat die Dehydratation schon begonnen => Leistungsabfall. Grundsätzlich sollte jeder mind. 1,5 Liter Wasser ohne Zusätze pro Tag trinken!!!



Ernährungs- und Sportmediziner, wie Dr. A. Kurt Moosburger aus Österreich empfiehlt folgendes **nach dem Training** / Wettkampf:

„Die wichtigste Mahlzeit ist die nach dem Training bzw. Wettkampf!“

So gut wie man nach dem Training isst, so gut ist man beim nächsten!“

Direkt nach der Belastung (ca. 10 min danach) ist es sinnvoll z.B. Fruchtsäfte oder noch besser Bananenmilch zu sich zu nehmen.

Innerhalb von 2 Stunden eine Kohlenhydrat-Protein-betonte Mahlzeit

=> Frau: 25 – 50g KH + 10 – 20g EW,
Mann: 50 - 100g KH + 20 - 40g EW

Z.B.: "süß" (Milchreis, Joghurt mit Haferflocken, Banane, Rosinen) oder "deftig" (Fleisch/Geflügel/Fisch mit Reis oder Kartoffeln)

Die wichtigsten Lebensmittel für Sportler

Getreide: Haferflocken, Kartoffeln, Brot und Nudeln - insbesondere vor dem Training, verhindern sie das gefürchtete "Hungerloch" & ermöglichen die rasche Regeneration der beanspruchten Muskulatur.

Obst und Gemüse: 5 Portionen am Tag.

Milch und Milchprodukte: Das Milcheiweiß dient dem Aufbau bzw. der Erhaltung von Muskelgewebe, vor allem unmittelbar nach der Belastung.

Eier: Das Ei ist das Lebensmittel mit der höchsten biologischen Wertigkeit, es enthält so gut wie alle Makro- und Mikronährstoffe. Übrigens erhöhen Eier nicht den Cholesterinspiegel – das ist ein Mythos

Kapitel 2: Ernährung im Sport

Gerade im Bereich der Ernährung gibt es viele Empfehlungen, Richtungen und Meinungen, sowie wissenschaftliche und medizinische Publikationen.

In diesem Kapitel werde ich mich bemühen, Ihnen als Dipl. Oecotrophologien möglichst sinnvolle und praktikable Empfehlungen an die Hand zu geben. All diese Empfehlungen sind natürlich von meinen beruflichen und persönlichen Erfahrungen geprägt und sollen kein Dogma darstellen.

Ein für mich persönlich ganz wichtiger Grundsatz:



**Es gibt keine verbotenen Lebensmittel –
Es gibt nur Lebensmittel, welche man in
Maßen konsumieren sollte!**

Für die Ernährung eines Sportlers gelten die gleichen Regeln wie für einen Nicht-Sportler, nur dass der Sportler mehr essen kann und darf

aufgrund seines höheren Energieumsatzes - es sei denn der Sportler möchte sein Gewicht reduzieren.

Regel 1: Bodymaßindex < 25

Regel 2: „Verzuckern Sie nicht“

Regel 3: Obst & Gemüse bevorzugen

Regel 4: „Sind Sie sich Ihrer Fette bewusst?“
Achten Sie auf hochwertige Fette!

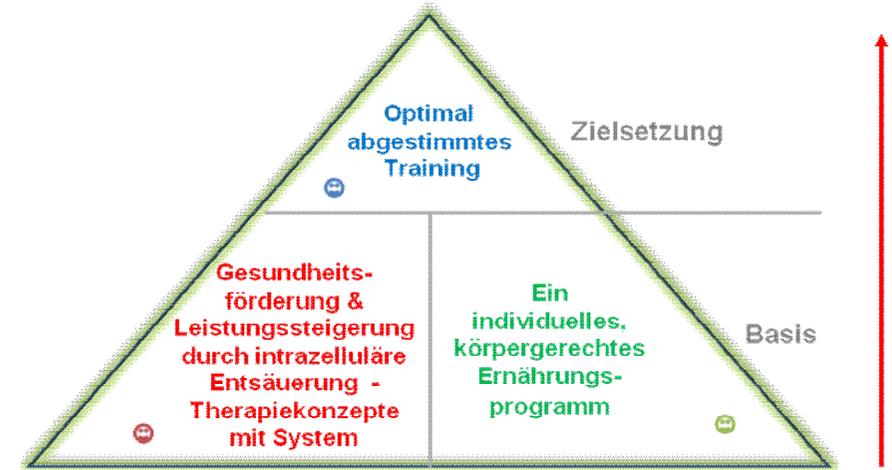
Regel 5: 3 statt 5 Mahlzeiten

Regel 6: Ggf. Versorgungslücken mit Mikronährstoffen decken

1 bis 2 Stunden **vor dem Training** / Wettkampf kann man dem Körper Energie in Form von Kohlenhydraten (max. 1 g pro kg KG) zuführen z. B. Milchreis, Müsli mit Milch / Joghurt, 1 Banane oder ein Brötchen mit Schinken bzw. Honig

Während des Trainings sollte über ein Getränk Energie zugeführt werden. Denken Sie an das Panaceo Sportgetränk mit Isomaltulose. (Seite 15)

Einführung: Die Erfolgs-Pyramide für eine optimale Leistung im Sport



Zielsetzung optimales Training

Zielsetzung eines sportlichen Trainings ist die Verbesserung der Leistung und/oder Erhaltung der Gesundheit (Fitness). Oder anders ausgedrückt: "Die aerobe Kapazität zu steigern und den Übergang vom aeroben zum anaeroben System so lange wie möglich hinauszuzögern"

Wichtige Trainingsinhalte

- Verbesserung der physischen Leistungsfaktoren (Kondition)
 - Ausdauer
 - Kraft (Sport)
 - Schnelligkeit
 - Beweglichkeit
 - Koordination
- Verbesserung der taktisch-kognitiven, psychischen Fähigkeiten, sowie Verbesserung der Rahmenbedingungen und der Technik

Einführung: Sportphysiologie

Damit unsere Muskeln ihre Aufgabe, sowohl beim Sport als auch sonst, effektiv verrichten können, benötigt unser Körper den „Treibstoff“ Adenosintriphosphat, kurz ATP.

Grundsätzlich wird bei der Muskelarbeit chemische Energie (ATP) in mechanische Energie und Wärme im Verhältnis 1:3 umgewandelt.

ATP kann nur in geringer Menge im Muskel gespeichert werden und muss somit ständig im Muskelstoffwechsel erzeugt werden. Es wird zu ADP gespalten und durch das sog. Kreatinphosphat wieder zu ATP regeneriert.

Wie kommt es jetzt zur ATP-Bildung im Körper?

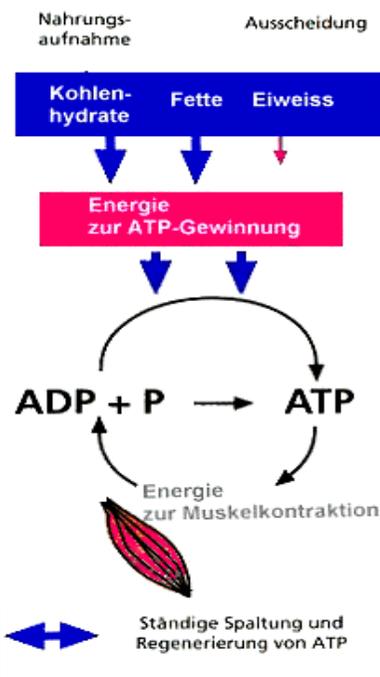
Dazu benötigen wir die Nährstoffe Kohlenhydrate und Fette, welche durch komplexe biochemische Prozesse im Körper zu ATP umgewandelt werden.

Kurze Anmerkung: Eiweiße dienen als Bau- und Regenerationssubstanz und sind somit ebenfalls sehr wichtig, werden aber hier nicht weiter betrachtet, da sie für die Energiebereitstellung nicht relevant sind.

Bevor wir uns der ATP-Gewinnung widmen, noch kurz etwas zu den beiden „Brennstoffen“

Kohlenhydrate werden in Form von Glykogen (Traubenzucker) in den Muskelzellen & der Leber gespeichert. Die Menge kann abhängig vom Trainingszustand / Ernährung bis zu 500 g = ca. 2000 kcal betragen und reicht für eine intensive Ausdauerbelastung von bis zu ca. 1 1/2 Std. aus.

Fette werden in der Unterhaut, Organen & Muskel gespeichert. Die Fettdepots bei Normalgewicht betragen das 30- bis 50-fache an Energie als der in Form von Glykogen gespeicherte Energie und reichen somit für stundenlange bis tagelange Ausdauerleistungen bei geringerer Intensität aus.



Warum noch Nahrungsergänzungsmittel in Form von Kapseln?

Ultrafiltrate wirken auf homöopathischer Ebene (Signalwirkung – Stimulation). Der Schritt von der homöopathischen Wirkung zur stofflichen Verfestigung wird durch die Gabe von natürlichen Mineralien, Spurenelementen und Vitaminen erreicht.

Folgende Ultrafiltrate sind im Sportbereich relevant und werden in Kombination mit dem SanaCare Basenkonzentrat und abgestimmten Nahrungsergänzungsmitteln angeboten:

Cell-Sana Arthro zur Ergänzung bei Therapien von Osteoporose & Vorbeugung gegen degenerative Gelenk-/ Knochen- / Knorpelerkrankungen
Beinhaltet: „Arthroplus“ Zellpeptide 8 x 5 ml Ampullen, SanaCare Basenkonzentrat 1000 ml, SanaArthro 60 Kapseln.

Cell-Sana ProCor zur Ergänzung bei Therapien von Herzerkrankungen, Asthma cardiale, Herz-Kreislauf-Schwäche, periphere Durchblutungsstörungen
Beinhaltet: „UltraProCor“ Zellpeptide 8 x 5 ml Ampullen, SanaCare Basenkonzentrat 1000 ml, SanaOPC 60 Kapseln.

Cell-Sana turbo zur Ergänzung bei Therapien von psychischer und physischer Erschöpfung (Burnout, Stress) Kann Leistungsschwankungen & Stressfolgen ausgleichen, Leistungssportler erhalten ihre Höchstleistung.
Beinhaltet: „Turborform“ Zellpeptide 8 x 5 ml Ampullen, SanaCare Basenkonzentrat 1000 ml, SanaAstin 60 Kapseln.



Weitere Ultrafiltrat-Kombinationskuren:

Cell-Sana Cerebro gut für das ZNS & die Gedächtnisleistung

Cell-Sana Immun gegen Allergien, Immunstörungen

Cell-Sana Fem für mehr weibliche Vitalität

Cell-Sana Man für mehr männliche Vitalität

Cell-Sana Ocular gegen akute und degenerative Reizzustände & Erkrankungen des Auges

Cell-Sana PHI gegen Nahrungsresorptions- & Verwertungsstörungen, Leber-, Magen-, Pankreas- & Darmerkrankungen

und andere.....

1.2.6 Therapie Rekonvaleszenz + Basistherapie

CellSana-Kuren

Kombinationen zur Unterstützung verschiedener Therapien mit Organextrakten

Was sind Ultrafiltrate?

Sie werden durch Extraktion mittels organischer Säuren aus fetalen oder juvenilen Organen von Schafen (geschlossene biologisch überwachte Schafherde) gewonnen. Infolge des speziellen Herstellungsprozesses wird das Zellmaterial auf überwiegend molekulare Ebenen (MG 300.000 D(alton)) gespalten. Diese molekulare Zerkleinerung ist die Voraussetzung für die orale Aufnahme über die Schleimhaut. Der enthaltene Vitaminkomplex bietet weitere wichtige Inhaltsstoffe für den Körper.

Durch die Substitution der homologen Bausteine wird der Reparations- / Regenerationsprozess eingeleitet. Die Organzusammensetzung ist der entscheidende Biokatalysator für den Einbau der molekularen Strukturen. Der Reaktionsablauf:

Absorption - Transport - Einbau

benötigt Zeit (ca. 3 – 4 Wochen), um eine funktionelle Verbesserung hervorzurufen.

Das ist orthomolekulare Medizin in höchster Vollendung.

Dosierung:

2 Ampullen wöchentlich (Mo; Fr). nach der Einnahme des Basenkonzentrats. Die Einnahme sollte unverdünnt zwischen den Mahlzeiten erfolgen, die Lösung für 10 - 30 sec. im Mund behalten, hierbei kommt es bereits zur Aufnahme über die Mundschleimhaut.

Der Inhalt der Ampullen wird steril, ohne Konservierungsmittel oder chemische Zusätze hergestellt.

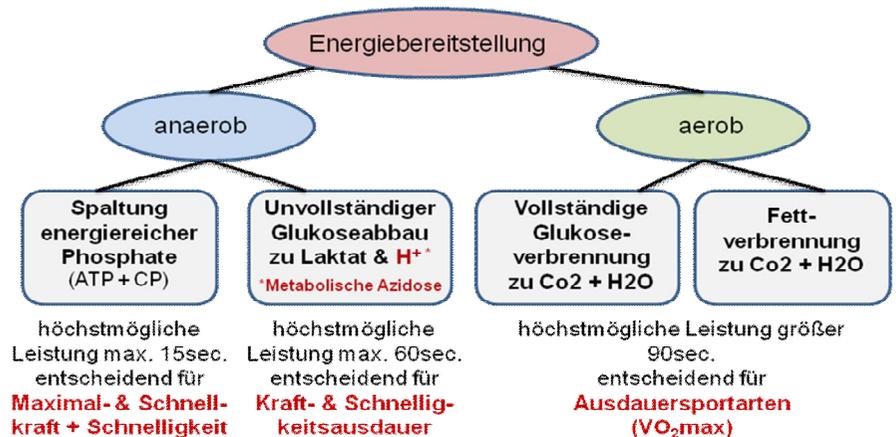
Nebenwirkungen:

Aufgrund des Fremdeiweißes sind Immunreaktionen bei parenteraler Gabe nicht auszuschließen. Bei vorliegender Allergie gegen Zitrusfrüchte oder Zitronensäure sollten Ultrafiltrate nicht verabreicht werden.

Warum SanaCare´s Basenkonzentrat?

Auch Ultrafiltrate benötigen ein reguliertes Milieu im extrazellulären Raum, da dieser Signale an die Zellen weitergibt. Die hohe OH⁻ Konzentration stellt ein Idealmilieu für die Therapie her.

Schematische Darstellung der Energiebereitstellung (ATP Gewinnung)



Wir unterscheiden bei der Energiegewinnung zwei Hauptmechanismen mit den jeweiligen Untermechanismen.

Wichtig ist hier zu wissen, dass die **Belastungsintensität** und nicht die Dauer entscheidend ist, welcher Mechanismus von unserem Körper zur Energiebereitstellung herangezogen wird. Auch besteht immer ein Nebeneinander der einzelnen Mechanismen mit fließenden Übergängen. Wann der Körper von der aeroben (mit Sauerstoff) in die anaeroben (ohne Sauerstoff) Energiegewinnung übergeht, hängt natürlich vom Trainingszustand ab. Wir erinnern uns an die Zielsetzung für ein optimales Training: **"Die aerobe Kapazität zu steigern und den Übergang vom aeroben zum anaeroben System so lange wie möglich hinauszuzögern"**

In der Abbildung können wir jetzt auch erkennen, warum das so ist. Jeder Sportler und Trainer weiß, dass die Bildung von Lactat + H⁺ eine Leistungsminderung mit sich bringt, die es gilt möglichst lange hinauszuzögern.

Wann der sog. Lactat-Schwellenwert (ist der Wert an dem Lactatbildung & -abbau noch im Gleichgewicht sind) erreicht ist, ist individuell sehr unterschiedlich. Der früher verwendete Richtwert 4 mmol / L wird heute eher kritisch betrachtet. Tatsache ist, dass ein Überschreiten der (individuellen) Lactatschwelle zu einer sog. „Metabolischen Azidose“ (Übersäuerung) führt, die jedoch nicht durch das Lactat (Milchsäure) selbst, sondern durch die **H⁺ Ionen** verursacht wird. Diese häufen sich in der beanspruchten Muskulatur an und verursachen eine Leistungsminderung, da im sauren Milieu die Enzyme für die Muskelkontraktion gehemmt werden.

Was genau können die Produkte von SanaCare hier bewirken und was ist Hydroxyphatie?

Wenn wir als Sportler die Leistungsminderung durch die Bildung von H⁺-Ionen in Verbindung mit Lactat reduzieren, hinauszögern oder vermeiden wollen, müssen wir die Säuren neutralisieren.

Genau hier setzt die Hydroxyphatie und somit die Produkte von SanaCare an.

Definition: „Hydroxyphatie ist der gezielte Einsatz von Wasserstoff- & Sauerstoff-Ionen, sowie deren gemeinsamen Verbindungen, zur Regulierung des pH-Wertes und zur Einstellung des Milieus in Blut und Körper.“

Und wie neutralisiert man jetzt die **H⁺ Ionen im Muskel?** Ganz einfach mit **Hydroxid-Ionen (OH⁻)**. Dabei entsteht Wasser!

Dies ist genau dass, was die SanaCare Therapiekonzepte leisten können.

Auf den nächsten Seiten werden wir Ihnen / Dir die **Basistherapie**, welche die **zentralen Präparate der Hydroxyphatie** beinhaltet sowie entsprechende Ergänzungsprodukte zu den jeweiligen Therapiekonzepten kurz vorstellen. Für weiterführende Informationen stehe ich Ihnen / Dir gerne zur Verfügung,



Esther Wimmer

Heilpraktikerin | Dipl. Oecotrophologin | ärztlich gepr. Anti-Aging Trainerin

Email: info@vita-prevent.info



Regionalleiterin Sport für die SanaCare Gesundheitsprodukte GmbH & Co.KG,
www.sanacare-world.com

1.2.5 Therapie Wettkampf + Basistherapie

SanaTranquilact

Beinhaltet eine hohe Konzentration an hochwirksamen Milch-Peptid

SanaTranquilact ist ein neuartiges Präparat aus dem Hydrolysat des Milchproteins mit einem bioaktiven Peptid, welches angstnehmend und entspannend wirkt.

In der Anwendung hat sich gezeigt, dass bereits 30 Minuten nach Einnahme der Stresspegel deutlich absinkt.

Naturarzt Gerhard Lingg, M.D. schreibt:

„Wir haben sehr gute Erfahrungen mit Tranquilact gemacht bei hyperaktiven Kindern, Musikern (vor Auftritten), Studenten (vor Prüfungen), Sportlern (bei Wettkämpfen), Menschen beiderlei Geschlechts aus der alltäglichen Arbeitswelt und bei stressgeplagten Personen im Speziellen und können dieses innovative Produkt mit gutem Gewissen empfehlen, da es keinerlei Nebenwirkungen oder Interaktionen aufweist, nicht einmal bei Milch-Allergikern. Es handelt sich um ein Naturprodukt mit einem „Benzoediazepin-Effekt“, jedoch ohne dessen Nebenwirkungen.“



Anwendung:

Antistress-Management vor Wettkämpfen: Am Abend vor dem Wettkampf als Einschlafhilfe und 30 – 60 Minuten vor dem Wettkampf 1 – 2 Kapseln (150–300mg).

Als **Einschlafhilfe** werden vor dem Schlafengehen 1 – 2 Kapseln (150–300mg) benötigt.

Sie erhalten Sana Tranquilact in der Dose mit 60 & 120 Kapseln. Sana Tranquilact enthält 150 mg hydrolysiertes Milchprotein.

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

VitaBiosa Probiotic Hagebutte

Ist ein modernes Vitalgetränk, das durch einen Fermentationsprozess auf der Basis von 7 verschiedenen Milchsäurekulturen und Zuckerrohrmelasse, gemeinsam mit vielen wohltuenden Kräutern für die Pflege von Magen und Darm gewonnen wird. Alle Vita Biosa Varianten sind laktosefrei, zuckerfrei und alkoholfrei und tragen das Biosiegel!



- Die Kräuter pflegen den Magen & regen die Verdauung an.
- Die Milchsäurekulturen fördern den Aufbau einer gesunden Darmflora und fördern so eine gesunde Immunfunktion
- Die Hagebutte wirkt entzündungshemmend, insbesondere auf Gelenke

Weiter Informationen im Internet unter www.vitabiosa-em.de

ReguSanaZIST - Zeolith Indizierte Schaukel-Therapie Ausleitung durch Milieuveränderung

Kur zur Behandlung von hartnäckigen Infektionen - Viren, Bakterien und Pilze nutzen eine bestimmte Umgebung (Milieu) zum Wachstum und Vermehrung. Ist das Milieu zu sauer oder zu basisch, haben die Keime keine Lebensgrundlage und verenden. Durch **ReguSanaZIST** erreichen wir eine antibiotische Adjuvans, welches keine Resistenzen verursacht.

Anwendung:

Im 2-stündlichen Wechsel werden jeweils 25 ml SanaCare Basenkonzentrat und SanaCid pur getrunken. Was passiert? Durch den ständigen Wechsel des Milieus werden die Keime abgetötet.

Vor dem Schlafengehen wird 1 Messlöffel Panaceo med. (ca. 3 g.) in ¼ ltr. Wasser eingerührt und getrunken. Das Zeolith leitet die abgetöteten Keime über den Darm aus.

Dies wird 3 bis 5 Tage lang durchgeführt und nach einer zweiwöchigen Pause ggf. wiederholt.

Bei Borrelien hat sich die Beigabe von [Karden-Tinktur](#) als gut geeignet gezeigt. (Bild: Wilde Karde)

Achtung: Es kommt zur Löschung von Fehlinformationen, damit können frühere Krankheitsbilder auftauchen (Kopfschmerzen & andere Beschwerden). Nach spätestens 5 Tagen befindet sich der Körper wieder im Normalzustand.



Kapitel 1:

Gesundheitsförderung & Leistungssteigerung durch intrazelluläre Entsäuerung - Therapiekonzepte mit System

1.1

Basistherapie

Basistherapie
Sanacare
Basenkonzentrat +
Panaceo Sport +
SanaAstin

SanaCare Basenkonzentrat

bioenergetisch hochwirksamer Radikalfänger mit einem hohen negativen Redox-Potenzial

Ist ein Getränk aus Wasser und Himalayasalz, welchem durch ein spezielles Verfahren H^+ -Ionen entzogen werden.

Dadurch liegt der pH-Wert im basischen Bereich bei 11,3 - 11,8 (hohe Anzahl an OH^- -Ionen) was die pH-Regulierung in der Zelle unterstützt.

Es besitzt somit einen extrem hohen Anteil an **Hydroxid-ionen** (OH^-), welche von den übersäuerten Zellen angezogen werden und sich mit den H^+ -Ionen in der Zelle zu Wasser verbinden und diese somit neutralisieren.

Wir erinnern uns an die Entstehung der „Metabolischen Azidose“ (Übersäuerung) beim Sport, bei der sich die H^+ -Ionen in der beanspruchten Muskulatur anhäufen und eine Leistungsminderung verursachen. Diese werden durch das **SanaCare Basenkonzentrat** neutralisiert. Es ist somit der grundlegende Pfeiler für ein innovatives Training und eine optimale, physiologisch ausgerichtete Sportler-Ernährung.

Es unterstützt und regeneriert den Zellaktivitätsprozess bei:

- Ermüdung
- Minderung der Kontraktibilität
- Regeneration
- Krämpfen
- Ermüdungsbrüchen
- Stärkung des Stoffwechsels durch Regulation des Säuren-Basenhaushaltes, dadurch wird die Zellentgiftung wieder aktiviert.

Ist ein Präparat auf reiner Naturstoffbasis ohne weitere Zusätze. Nebenwirkungen wurden keine beobachtet.

Anwendung:

Dauereinnahme: Täglich 25 ml eine 1/2 Stunde vor dem Frühstück (6 bis 8 Wochen-Kur alle 3 Monate)

Sportbereich: ca. 30 Min. vor dem Training bzw. Wettkampf. (Dauerhaft)

Die Funktion des SanaCare Basenkonzentrat wird durch die Zellampel nochmal verdeutlicht.



SanalGC - Colostrum

Abwehrkräfte aus Erstmilch

Colostrum, auch Vormilch genannt, ist eines der ältesten und außergewöhnlichsten Nahrungsmittel, das in der Natur zu finden ist. Es ist so alt wie die Mutterschaft selbst, denn Colostrum ist die erste Milch, die ein Säugetier für sein Neugeborenes in den ersten 24 bis 36 Stunden nach der Geburt bereitstellt. Kein anderes Naturprodukt enthält so viele, perfekt balancierte und hoch konzentrierte Inhaltstoffe wie Colostrum.

Studien haben gezeigt, dass Colostrum äußerst wirksame Immunfaktoren enthält (Immunglobuline, Laktoferrin, Cytokine, usw.), die dabei helfen, die Immunfunktionen wiederherzustellen.

Colostrum enthält auch PRP (Proline-rich Polypeptides), von denen sich in medizinischen Studien gezeigt hat, dass sie ein unteraktives Immunsystem anschieben. Genauso hilft es aber auch, ein überaktives Immunsystem zu balancieren, wie das bei Autoimmunerkrankungen der Fall ist.

Außerdem enthält es mehr als 80 Nähr- und Vitalstoffe, die es zu einem einzigartigen Lebensmittelrohstoff machen.

Colostrum kann das normale Wachstum von gealterter oder verletzter Muskulatur, Knochen, Knorpel & Nervenzellen beschleunigen & regenerieren.

Sportler können aktiver & länger trainieren & werden seltener durch Immunschwächen krank. Studien belegen bei Sportlern eine bis zu 20%ige Leistungssteigerung durch:

- Hemmen des Proteinabbaus & Stimulieren des Glucosetransports in den Muskeln. => Muskelaufbau
- Verlagerung der Brennstoffausnutzung von den Kohlehydraten zu den Fetten. => Abbau des Fettgewebes & Gewichtsreduktion

Anwendung: **Akut:** 1. Tag 3 mal 3, danach auf 3 mal 5 steigern zu den Mahlzeiten, aber nicht mit heißen Getränken.

Dauereinnahme: 1 -3 Kapseln pro Tag zu den Mahlzeiten.

Sie erhalten SanalGC in der Dose mit 60 Kapseln. SanalGC enthält 500 mg mit folgenden Inhaltsstoffen: Immunglobulin-Konzentrat aus bovinem Colostrum, entcaseiniert, IgG: 30 – 60 %, IgA: 5 – 7 %, IgM: 7 – 9 % und natürliche Wachstumsfaktoren.

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

1.2.4 Therapie Infektionen + Basistherapie

SanaOPC - Extrakt aus Traubenkernen

„Freie Radikale“ werden als natürlich Stoffwechselprodukte permanent in unserem Körper produziert, insbesondere beim Sport. Bei einem gesunden Organismus ist der Körper in der Lage dies ausgleichen. Allerdings können Umweltbelastungen, Ernährungsmängel, körperlicher oder seelischer Stress, aber auch Medikamente und Verletzungen zu einer unkontrollierten Produktion freier Radikale führen. Übersteigt die Bildung freier Radikale eine gesunde Konzentration, spricht man von „oxydativem Stress“ was sich

Alles was schädlich & fremd für den Körper ist, wird entfernt – alles was nützlich und gut ist, wird verstärkt – das ist SanaOPC!

im Blut nachweisen lässt. Die chemisch schnell und aggressiv wirkenden freien Radikale stören und zerstören wichtige Funktionen und Strukturen im Körper wie z. B. Zellmembrane oder DNA, wodurch Krankheiten entstehen und unser

Organismus vorzeitig altert. Die Natur hat einen Selbstschutz gegen freie Radikale entwickelt: die Antioxidantien. Dazu gehören bestimmte Vitamine, Mineralien, Enzyme und Pflanzenstoffe. Unser Organismus vorzeitig altert.

OPC ist bestens geeignet zur Aufrechterhaltung & Förderung der Gesundheit

Es unterstützt - über einen längeren Zeitraum eingenommen - aktiv die körpereigenen Selbstheilungs- & Regenerationskräfte.

Es hat antioxidative Wirkung (ca. 50mal stärker als Vitamin E und ca. 20mal stärker als Vitamin C).

Es normalisiert & aktiviert die Fließeigenschaften des Blutes

Es verzehnfacht die Wirkung des im Körper vorkommenden Vitamin C.

Es unterstützt die Ausleitung von eingelagerten Giftstoffen (Schwermetalle, Herbizide, Pestizide und andere schädliche Stoffe)

Anwendung: 2-mal 1 Kapsel / Tag

Sie erhalten SanaOPC in der Dose mit 60 & 120 Kapseln.

SanaOPC enthält Kapseln mit jeweils 100 mg OPC aus Rotweintrauenkernen und 0,5 mg TransResveratrol (Extrakt aus der Traubenhaut mit noch höherer antioxidativen Wirkung), das entspricht **95 % reinem OPC**.

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

Wie funktioniert SanaCare Basenkonzentrat - Zellampel



Der Geschmack ist ein diagnostisches Hilfsmittel und zeigt Ihnen auch die Verbesserung an.

Hinweis auf Belastung in folgenden Bereiche:
(Hinweis: hat keinen Krankheitswert / Salze sind als Information auf der Zunge zu schmecken)

Neutral bis leicht salzig	kein Hinweis
Salzig bis stark salzig	Bindegewebe, Muskulatur
Bitter, metallisch	Niere, Galle
Ammoniak	Niere, zu viel Harnsäure
Fischig	Leber
Schwefelig - „Faule Eier“	Galle, Darm
Süß	Bauchspeicheldrüse
Chlor	Magen, Schleimhäute
Scharf, brennend	Herz, Kreislauf (Langzeit-EKG wird empfohlen)

SanaCyl - Weidenrindenextrakt + OPC Das alternative Schmerzmittel!

Um eine natürliche Alternative zur unterstützenden Behandlung von Schmerzzuständen anzubieten, hat SanaCare ein Kombinationspräparat entwickelt, das aus folgenden Zutaten besteht:

400 mg **Weidenrindenextrakt** (mind. 25 % Salicin)

Weidenrinde ist das natürliche „Aspirin“ ohne die bekannten Nebenwirkungen

100 mg **Traubenkernextrakt** (95% OPC)

OPC verbessert die Fließfähigkeit des Blutes & die Durchlässigkeit von Arterien & Venen

SanaCyl findet Anwendung bei:

- fieberhaften Erkrankungen
- rheumatischen Beschwerden
- Kopfschmerzen
- Schmerzen allgemein



Anwendung: 2-mal 1 Kapsel / Tag

Sie erhalten SanaCyl in der Dose mit 60 Kapseln.
SanaCyl enthält 610 mg Wirkstoffkombination.

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

SanaKur bei Schmerzen – über 10 Tage

SanaCare Basenkonzentrat 2-mal täglich 25 ml ca. eine ½ Stunde vor der Mahlzeit plus 2-mal 1 Kapsel SanaCyl.

Dauertherapie: Täglich 25 ml SanaCare Basenkonzentrat morgens nüchtern plus 1 Kapsel SanaCyl zum Frühstück

Idealerweise wird diese Kur mit 3 Kapseln Panaceo med. abends ergänzt.

SanaDolor - Curcuma und Weihrauch Zwei Heilkräuter gegen Entzündungsprozesse

SanaDolor ist ein pflanzliches Kombinationsmittel der ayurvedischen Medizin, zusammengesetzt aus dem Wurzelspross der Gelbwurz (*Curcuma longa*) und aus dem Harz des Weihrauchbaumes *Boswellia serrata*.

Am Entzündungsgeschehen sind immer die wichtigsten körperlichen Systeme, wie das Nerven-, Blut- und das Immunsystem beteiligt. Ein wesentliches Merkmal ist die Bildung von Entzündungsmediatoren wie Lymphokine, Prostaglandine und Leukotriene.

Entzündungshemmende Wirkung von Curcuma und Weihrauch



- 1) Die Bildung von Entzündungsmediatoren vom Typ Prostaglandine werden durch Substanzen aus der Gelbwurz (Curcumin) gehemmt.
- 2) In Studien konnte bislang eine Hemmung der Entzündungsmediatoren vom Typ Leukotriene nur durch eine einzige natürliche Substanz erwiesen werden: Boswelliasäuren des Weihrauches.

Gelingt es, diese beiden Schlüsselenzyme (Prostaglandine, Leukotriene) auf natürliche Art zu hemmen, so wird dem Körper die Gelegenheit gegeben, gemeinsam mit natürlichen Maßnahmen wie Ernährung, Bewegung und Hydroxyopathie, sich wieder in Richtung Normzustand zu entwickeln.

Anwendung: 2-mal 1 Kapsel / Tag

Sie erhalten SanaDolor in der Dose mit 60 Kapseln.
SanaDolor enthält 500 mg Wirkstoffkombination davon:
Aus mind. 75 % Boswelliasäuren a 250 mg & mind. 90 %
Curcuminoiden a 250 mg

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

PANACEO® (Zeolith) natürliche Entgiftung aus Vulkangestein

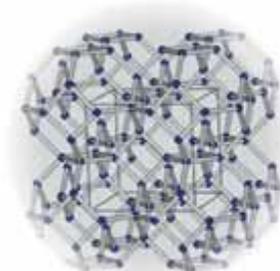
Gerade beim Sport ist es für eine optimale Leistung sehr wichtig, dass der Körper regelmäßig von schädlichen Stoffen befreit wird. Wir wissen mittlerweile, dass das SanaCare Basenkonzentrat den H⁺-Ionenüberschuss neutralisiert und die Zelle die Fähigkeit zur Entgiftung wiedergewinnt.

Das Ausschleusen dieser Stoffe übernehmen in der **Basistherapie** die Zeolithe, welche aufgrund ihrer schwammähnlichen Eigenschaft Giftstoffe an sich binden und so Schadstoffe neutralisieren können.

Sie können den Reinigungsprozess über den Darm grundlegend unterstützen. Zusammen mit dem SanaCare Basenkonzentrat auch intrazellulär. Zusätzlich führen sie zu einer Stimulation der natürlichen Abwehr des Darms, können cholesterinsenkend wirken und verhindern die Übersäuerung des Magens durch Bindung der Säureverursacher.

Hauptbestandteile sind biologisch verwertbare kalzium- & magnesiumhaltige Carbonate & Kieselsäure (Silicea) welche die Festigkeit & Elastizität der Arterien- / Venenwände, des Knorpels & des Knochens verbessern können.

Zeolith wird auch als das kleinste Klärwerk der Welt bezeichnet! Und es kann noch mehr, wie die Panceo Sport Studie zeigt.



Einzigartige Kristallgitterstruktur



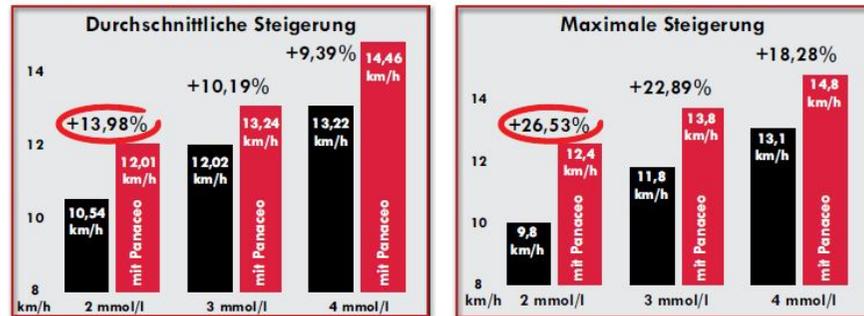
Panaceo Sport – Studie (randomisierte, placebokontrollierte Doppelblindstudie)

Die Studie bringt den Nachweis, dass erstmals ein völlig natürliches Mineral eine sehr starke Laktatpufferwirkung bringt und damit eine herausragende Leistungssteigerung ermöglicht.

Die Studie zeigt, dass Panaceo Sport:

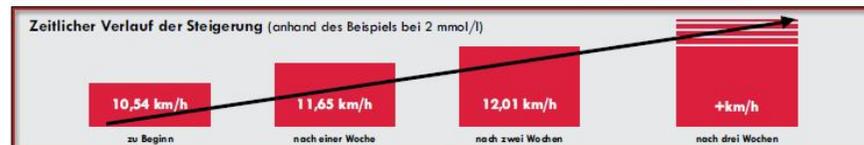
- Laktat reduziert
- Kraft- und energiespendend wirkt
- Die Revitalisierung beschleunigt
- Die Regenerationszeiten verkürzt
- Die Widerstandskraft des Organismus erhöht
- Die Ausdauer verbessert

Grafische Darstellung der Ergebnisse:



Die Gruppe mit Panaceo Sport zeigt durchschnittlich 13,98 % bessere Leistung bei 2 mmol Laktat.

Ohne den Laktat-Grenzwert von 2 mmol zu überschreiten, wurde eine maximale Steigerung von 2,6 km/h erreicht.



Weitere Details zur Studie sind online über www.panaceo.com erhältlich

Dr. Knapitsch, FA f. Physikalische Medizin; Prof. Mag. Schmörlzer, Sportwissenschaftler, Klagenfurt (Österreich) im August 2004

1.2.3 Therapie Verletzungen + Basistherapie

SanaCid / SanaDerm

Viren, Bakterien, Pilze? - Nein, Danke!



In den Bereich der Hydroxyopathie gehören neben dem SanaCare Basenkonzentrat auch die Fraktion der Wasserstoff-Ionen sowie deren Verbindungen.

In der Flüssigkeit SanaDerm/SanaCid befindet sich eine hohe Anzahl von Wasserstoff-Ionen. Zusammen mit freien Sauerstoff-Radikalen und Hyperchlorid-Ionen wird eine starke Desinfektionsfähigkeit erreicht ohne Bildung von Resistenzen.

SanaDerm für die äußere Anwendung unter anderem bei:

- Wunden, Rissen, Abschürfungen, Kratzern, Prellungen, Verbrennungen, Sonnenbrand & -allergie
=> Befallene Stellen ca. 5 Minuten mit einer mit SanaDerm befeuchteten Kompresse abdecken oder besprühen. Ggf. mehrmals wiederholen.
- Zecken, Insektenstiche
=> SanaDerm auf den Stich aufbringen und einreiben. Stelle mehrmals besprühen.
- Entzündungen der Haut (Akne, Pusteln), Nagelbett, Mundwinkel, Herpes
- Hämorrhoidale Venenthrombose, Offene Beine, Ulcus cruris
- Juckreiz, Urticaria (Nesselsucht), Neurodermitis, Schuppenflechte
- Pilzbefall der Haut, Vaginalpilz, Nagelpilz, insbesondere Fußpilz

SanaCid – für die innere Anwendung gegen:

- Magen- und Darmerkrankungen durch Bakterien, Viren und Pilze, Sodbrennen, Magenkrämpfe, Darmkatarrh
- Parodontose, entzündetes Zahnfleisch, Zahnextraktion, Aphthen
- Erkältungen

Nebenwirkungen, Gegenanzeigen & Vorsichtsmaßnahmen

Es sind keine Nebenwirkungen bekannt.

SanaCid/SanaDerm sollte nicht gleichzeitig mit cortisonhaltigen Präparaten verwendet werden.

Beim Öffnen der Flasche ist mit ausströmenden Hyperchloridgasen zu rechnen, die leicht ätzend auf Schleimhäute wirken können. Daher nicht an der geöffneten Flasche riechen. Bei Verätzungen sofort mit viel klarem Wasser nachspülen.

SanaArthro

Arthrose kommt schleichend

Mehr als 30 % der Bundesbürger haben Gelenkbeschwerden und/oder schon Arthrose. Mit der Arthrose geht die Arthritis direkt einher und verursacht immense Schmerzen.

Was bietet uns die Natur?

- Chondroitinextrakt aus Haifischknorpel + Glucosamine + Hyaluronsäure schützen & bauen den Knorpel auf
- Weihrauch + Teufelskralle wirken entzündungshemmend & schmerzlindernd
- Ingwer fördert die Durchblutung, den Stoffwechsel & die Zellerneuerung
- Bambus (> 77 % Kieselerde), Mangan, Kupfer, Magnesium/Calcium-Komplex sind wichtig für den Knochenstoffwechsel

Anwendung: 1 - 2 Kapseln / Tag

Sie erhalten SanaArthro in der Dose mit 60 Kapseln. SanaArthro enthält 850 mg Wirkstoffkombination.

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

Kombi-Kur ReguSana arthro

Diese Kur beinhaltet 4 sinnvoll aufeinander abgestimmte Produkte (**Basistherapie + SanaMumijo & SanaArthro**) die über einen Zeitraum von mindestens 4 Wochen eingenommen werden sollten.

In dem Kur-Paket ist das Panaceo nicht enthalten, sinnvollerweise ergänzt man dies mit Panaceo med. und erzielt so eine umfassende Stoffwechselaktivierung und Zellreinigung.



Panaceo Sport Kapseln

Entlasten den Körper zu 100 % auf natürliche Weise & führen zu mehr Leistungsfähigkeit, durch:

- geringere Laktatbelastung
- kürzere Regenerationszeiten
- Stabilisierung des Immunsystem
- Zufuhr von Natur-Mineral Dolomit

Enthalten: PMA-Zeolith, Maca („Ginseng der Anden“), Gelee Royal und Magnesium + Calcium

Anwendung: 3-mal täglich je 3 Kapseln zu den Mahlzeiten. Vor dem Wettkampf 12 Kapseln



Panaceo Sport Pulver

Enthält alle Inhaltsstoffe der Panaceo Sport Kapseln in praktischer Pulverform + Isomaltulose

Isomaltulose, ist hoch energetisch, fördert die Fettverbrennung & schont die Kohlehydratspeicher => Leistungssteigerung

Energie wird kontinuierlich & gleichmäßig an den Körper abgegeben und sorgt so für einen stabilen Blutzuckerspiegel* => Vermeidung des gefürchtete „Hungerast“
*(gem. Studie der Universität Würzburg über einen Zeitraum von 2 – 3 h).

Anwendung: Bis zu zwei Esslöffel in ½ - 1 L. Wasser einrühren & das Getränk vor und während der Trainingseinheit oder Wettkampf trinken.

SanaAstin - Astaxanthin

Ein Karotinoid mit leistungsfördernden Eigenschaften

Was ist Astaxanthin?

Astaxanthin ist ein sog. Karotinoid (sekundären Pflanzenstoffe) und unter den roten Karotinoiden sozusagen der König. Es handelt sich dabei um ein Super-Antioxidans / Radikalfänger mit einer 550-fach höheren Wirkung als Vitamin E & übertrifft auch Betacarotin um das 10-fache.

Die reichste natürliche Quelle für Astaxanthin ist die mikroskopisch-kleine Alge Haematococcus pluvialis. Die ursprüngliche Umgebung auf Hawaii bietet optimale Voraussetzungen für das Wachstum dieser Mikro-Alge. Gleich nach der Ernte wird die Alge getrocknet und zu feinem Pulver vermahlen, um ein Maximum an Bioverfügbarkeit sicherzustellen.

Wie hilft uns Astaxanthin?

- Im Sport steigert es nachweislich die Durchblutung der Muskulatur und erhöht somit Kraft und Ausdauer.
- Es wirkt sich positiv auf die Produktion des gesunden HDL-Cholesterols aus & kann Ablagerungen in den Arterien reduzieren bzw. vermeiden
- Es kann vor leichtem, nicht behandlungsbedürftigem Sonnenbrand und den daraus entstehenden Hautirritationen schützen => natürlicher Sonnenschutz
- Findet auch Anwendung in der natürlichen Rheumatherapie



Anwendung: 1 - 2 Kapseln / Tag

Sie erhalten SanaAstin in Dosen mit 30 und 60 Kapseln.
1 Kapsel enthält 4 mg Astaxanthin und Olivenöl Extra Vergine

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung

SanaD3- Cholacalciferol

Ist eher ein Hormon

Die neuzeitliche "homo stubenhockerensis" führt zu einer enormen Vitamin D3-Unterversorgung.

Zitat Dr. Jakob Linseisen, Helmholtz Zentrum, München: "Der Mensch nimmt nur etwa 10 bis 20 Prozent dessen, was er an Vitamin D braucht, über die Nahrung auf. Den Großteil müssen wir selber in der Haut synthetisieren. Wenn es also nicht möglich ist, ausreichend lange und regelmäßig in die Sonne zu gehen, muss dieses Defizit über die Einnahme von Präparaten ausgeglichen werden."



Wichtige Aufgaben von Vitamin D sind die Aufrechterhaltung einer normalen:

- Knochen- & Zahnstruktur
- Zellteilung & Immunfunktion
- Muskelfunktion

Anwendung: 1 Kapsel / Tag

Sie erhalten SanaD3 in der Dose mit 90 Kapseln.
SanaD3 enthält 50 µg (2000 I.E.) Vitamin D3, das entspricht ca. 200 % des empfohlenen Tagesbedarfs lt. Nährwertkennzeichnung VO

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

SanaKur bei Rheuma

Es werden sehr gute Erfolge mit Astaxanthin in Verbindung mit SanaCare Basenkonzentrat erzielt. Das entspricht der Basistherapie.

1.2.2 Therapie Gelenke + Basistherapie

SanaMumjio

wundersame Substanz aus dem sibirischen Himalaya

Mumijo ist eine sehr alte und immer rätselhafte Substanz, rein natürlicher Herkunft. Wie „Mumijo“ entsteht, weiß man bis heute nicht. Man kann allerdings sagen, welche Fauna und Flora wichtig ist, damit sich Mumijo entwickelt. Mindestens 20 Jahre dauert die Reifung von Mumijo in den Höhenlagen der Gebirge Asiens. Das Wort Mumijo bedeutet frei übersetzt etwa „Schutz vor Krankheiten“.

Gesicherte Wirkung von Mumijo:

- Verkürzt die Heilung von Knochenbrüchen
- Vorbeugung von Osteoporose
- Steigerung der körpereigenen, allgemeine Abwehrkräfte
- Wirkt auf Wunden keimtötend und beschleunigt die Heilung
- Schutz der Schleimhäute im Magen-Darm-Trakt
- Vorbeugend bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Allergien & Hämorrhoiden.

Anwendung: 2 Kapseln / Tag - 1 Kapsel enthält 200mg Mumjio
Sie erhalten SanaMumjio in der Dose mit 60 Kapseln.

SanaSango

Sangokoralle aus Okinawa mit über 90 %iger Bioverfügbarkeit.

Auf der Suche nach Materialien, die dem Aufbau des Skeletts sehr ähneln, somit eine hohe Bioverfügbarkeit besitzen, ist man durch Zufall auf die Sangokoralle gestoßen. Die Zusammensetzung der Sangokoralle entspricht zu über 90 % dem menschlichen Knochenaufbau.

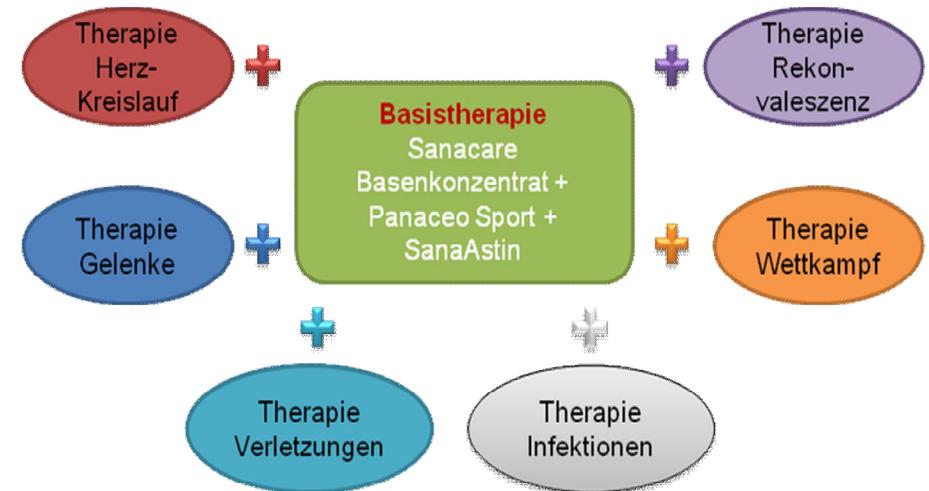
SanaSango enthält neben Calcium und Magnesium noch Natrium, Kalium, Eisen, Schwefel und viele weitere Mineralien, allerdings nur in geringsten Mengen.

Bei der Osteoporosebehandlung ist die Sangokoralle das wichtigste Element, denn nur sie enthält alle notwendigen Mineralien in ausreichenden, bioverfügbaren Masse. In Kombination mit SanaMumjio wird die Therapie in idealem Maße ergänzt.

Anwendung: Morgens oder abends 2,5 g in Wasser einrühren
Sie erhalten SanaSango in der Dose mit 100 g & 400 g Pulver.

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

1.2. Weitere Therapiekonzepte mit SanaCare Produkten für Sportler



Im Folgenden erhalten Sie eine genaue Übersicht darüber, welche Präparate für welches Therapiekonzept zusätzlich zur Basistherapie sinnvoll sind und eingesetzt werden können.

Die Basistherapie ist die Grundvoraussetzung dafür, dass die ergänzenden Therapiekonzepte Ihre optimale Wirkung entfalten können.

Selbstverständlich können Sie mich für weitere Fragen oder Informationen kontaktieren. Ich bin gerne für Sie da.

1.2.1 Therapie Herz-Kreislauf + Basistherapie

SanaQ10 - Energie- & Schutzsubstanz

Auch Ubichinon oder Ubiquinon genannt, ist eine vitaminähnliche Substanz, die an der Erzeugung körpereigener Energie beteiligt ist.

Q10 ist ein Bestandteil der „Kraftwerke der Zelle“ (Mitochondrien): Hier wird der Sauerstoff aus der Atemluft verbraucht und Energie aus der Nahrung erzeugt. Neben seinem Beitrag bei der Energieversorgung spielt es auch beim Schutz vor oxidativem Stress eine wichtige Rolle.

Besonders Organe mit hohem Energiedurchsatz wie Herz, Muskeln und Gehirn sind schwer beeinträchtigt, wenn das Coenzym Q10 nicht ausreichend zur Verfügung steht. Dies zeigen erste klinische Studien. Für endgültige Aussagen werden aber noch mehr Daten benötigt.

Laut Volksmedizin und Ärzte-Erfahrung hilft Coenzym Q10 unter anderem bei:

- Herzkrankheiten (KHK, Arteriosklerose, Herzinfarkt, Herzschwäche, Herzrhythmusstörungen, Vorsorge), ergänzend zur medikamentösen Therapie Auch wird von einer cholesterinsenkenden Wirkung berichtet.
- Muskelschwäche, allgemeine
- Kopfschmerzen
- Mitochondrien-Defekt
- Zuckerkrankheit (Diabetes), Vorbeugung von Spätschäden (Vorsorge), Verbesserung des Blutdrucks (Bluthochdruck) und der Blutzuckerwerte
- Ausleitung von Giften als Chelatbildner

Anwendung: 1 Kapseln / Tag

Sie erhalten SanaQ10 in der Dose mit 60 Kapseln.

1 Kapsel enthält 120 mg Coenzym Q10

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung



SanaEPA - Essentielle Omega-3 Fettsäuren Schutz für Herz & Gefäße, hebt die Stimmung



SanaEPA wird aus natürlichem Öl von Meerestischen gewonnen, um Blutdruck und Cholesterinspiegel sowie erhöhte Triglyzeridspiegel wirksam zu senken.

Es ist wissenschaftlich nachgewiesen, dass Omega 3-FS einen äußerst wirkungsvollen kardiovaskulären Schutz und eine beachtliche entzündungshemmende Wirkung, insbesondere bei Arthrose haben. Sie sind Hauptbestandteil der Neuronen-Membranen und verbessern das Lernvermögen & die Konzentration.

Anwendung: 2 x2 bis 3 x 2 Kapseln / Tag

Sie erhalten SanaEPA in der Dose mit 60 Kapseln.

Es ist rein und enthält pro Kapsel 1000 mg Fischöl-Konzentrat mit 300 mg EPA (Eicosapentaensäure) und 200 mg DHA (Dihydroxyacetone). Keine gesättigten Fette, so dass die unerwünschte Kalorienaufnahme gegenüber Lachsöl um 66 % gesenkt wurde

SanaBioB - natürlicher Vitamin-B-Komplex Schutz vor erhöhten Homocysteinwerten

Erhöhte Homocystein (Stoffwechsel-Zwischenprodukt der Aminosäure Methionin) wird verursacht durch z.B. zu viel Alkohol, Kaffee, Zucker & Rauchen, einseitige Ernährungsgewohnheiten, entzündliche Magen-Darm-Erkrankungen, Diabetes mellitus usw.

Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass Homocystein (Werte > 10µmol/L im Blut) ein Hauptrisikofaktor für Gefäßerkrankungen, Herzinfarkte, Nervenschäden, Depressionen & Altersdemenz ist.

SanaBioB hat eine sehr hohe **Bioverfügbarkeit** d.h. die Inhaltsstoffe liegen in der Bierhefe organisch gebunden vor und können so effektiv vom Körper resorbiert werden - im Gegensatz zu synthetischen Einzelsubstanzen.

Anwendung: 1 Kapsel / Tag bis 2 x3 Kapseln / Tag

Sie erhalten SanaBioB in der Dose mit 60 Kapseln.

1 Kapsel enthält 620 mg Bierhefe-Extrakt plus B12

Nahrungsergänzungen sind kein Ersatz für eine ausgewogene Ernährung

