

*Osteochron® ist eine chronobiologische Zusammensetzung von Mikronährstoffen zur Ergänzung all der Vitalstoffe, die ernährungsbedingt fehlen oder die auf Grund bestimmter Lebensstile vermehrt benötigt werden, um den Erhalt normaler Knochen sowie eine normale Muskelfunktion zu unterstützen.*

### Grundlagen:

Ein angemessener Calciumspiegel ist wichtig, vor allem bei älteren Menschen – das gilt für Frauen ebenso wie für Männer. Die tägliche Zufuhr von Calcium in ausreichender Menge ist für ältere Menschen von entscheidender Bedeutung und sollte ein integraler Bestandteil einer angemessenen Erhaltung der eigenen Gesundheit sein. Calcium findet sich u.a. in Nahrungsmitteln wie Milchprodukten, bestimmten Obst- und Gemüsesorten, Nüssen, Samen, Fisch und Eiern. Es ist essentiell für viele körpereigene Prozesse, darunter insbesondere der Knochenstoffwechsel inklusive der Festigkeitserhaltung aller Knochen. Darüber hinaus gibt es viele weitere Vitamine, Mineralien und Nährstoffe, die für einen optimalen Knochenstoffwechsel erforderlich sind.

Dazu zählen u.a.:

**MCHC:** Hydroxyapatit ist eine besondere Form des Calciums und macht im Knochen bis zu 40% und in den Zähnen bis zu 95% der jeweiligen Masse aus. Neben Calcium enthält Hydroxyapatit auch Phosphor, ein zweites Mineral, welches essentiell für den Knochenaufbau ist. Aufgenommen werden kann es, sobald es in mikronisierter, also stark verkleinerter Form verzehrt wird.

**MSM:** (Methyl-Sulfonyl-Methan): Auch bekannt als organischer Schwefel, ist eine der Hauptquellen für Schwefel in unserer Ernährung. Es kommt in nahezu allen Lebensmitteln (Milch, Obst, Gemüse, Getreide, Fleisch, Fisch etc.) vor, wird aber oftmals durch zu starkes Erhitzen zerstört. Auch im Knorpel findet sich Schwefel. Hier fördert er u.a. wichtige Regenerationsprozesse, darunter auch den Knochenstoffwechsel.

**Magnesium** findet sich u.a. in Nahrungsmitteln wie Getreideprodukten, Nüssen, Samen, Hülsenfrüchten, grünem Gemüse, und Trockenfrüchten. Es kann auf vielfältige Weise die Stärkung des Knochens fördern. Magnesium ist u.a. für die richtige Aufnahme und den richtigen Metabolismus von Calcium unabdingbar; tatsächlich sind diese beiden Mineralien für eine einwandfreie Funktion voneinander abhängig. Magnesium ist auch an der Förderung des Knochenerhalts beteiligt, indem es die Produktion von Calcitonin, einem knochenerhaltenden Hormon aus den C-Zellen der Schilddrüse, unterstützt. Darüber hinaus ist Magnesium für die richtige Regulierung des Nebenschilddrüsenhormons notwendig, das u.a. für den Knochenabbau verantwortlich ist.

**Vitamin C**, auch bekannt als Ascorbinsäure, ist ein wasserlösliches Vitamin. 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 kann zu einer normalen Kollagenbildung und somit zu einer normalen Funktion der Mineralisierung der Knochen beitragen.

**Vitamin B12** findet sich vorwiegend in tierischen Lebensmitteln wie Fleisch, Fisch, Meeresfrüchten, Eiern und Milchprodukten.

**Vitamin B6** ist auch in pflanzlichen Lebensmitteln enthalten. Diese B-Vitamine tragen zu einem normalen Energiestoffwechsel sowie zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei, beides Voraussetzungen eines physiologischen Knochenstoffwechsels.

**Vitamin D** kann zum Erhalt normaler Knochen und zu einer normalen Muskelfunktion beitragen. Nahrungsmittel wie fetthaltige Fischarten, Pilze und Eigelb sind reich an diesem Vitamin. Bei ausreichendem Sonnenlicht kann die Haut ebenfalls Vitamin D in aktiver Form synthetisieren.

**Calcium:** Bestimmte calciumhaltige Mineralmischungen, seien sie tierischen oder mineralischen Ursprungs, haben zahlreiche Eigenschaften. Sie versorgen den Organismus nicht nur mit Mineralien, sondern können auch dazu beitragen, den pH-Wert des Körpers zu regulieren.

**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 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)	pro Kapsel	Tagesdosis
MCHC®	208 mg	416 mg
Calcium (Ca)	155 mg	310 mg
Vitamin C	28 mg	56 mg
Vitamin D3 (als Cholecalciferol)	5 mg	10 mg
Vitamin B6	1 mg	2 mg
Vitamin K2 (Menachinon-7)	40 mcg	80 mcg
Coral Calcium®	12,5 mg	25 mg
Bioperine®	1,25 mg	2,5 mg

### Andere Inhaltsstoffe:

Mikrokristalline Zellulose, Stearinsäure, Magnesiumstearat, SiO<sub>2</sub>.

PM Kapsel (Abend)	pro Kapsel	Tagesdosis
MCHC®	105 mg	210mg
Calcium (Ca)	25 mg	50 mg
Magnesium (Mg)	125 mg	250 mg
MSM	150 mg	300 mg
Isoflavone (aus Soja)	80 mg	160 mg
Vitamin B12	25 mcg	50 mcg
Coral Calcium®	12,5 mg	25 mg
Bioperine®	1,25 mg	2,5 mg

### Andere Inhaltsstoffe:

Mikrokristalline Zellulose, Stearinsäure, Magnesiumstearat, SiO<sub>2</sub>.

## Verzehrempfehlung:

Im Normalfall 2 Kapseln AM (gelb) morgens und 2 Kapseln PM (blau) abends mit reichlich Flüssigkeit einnehmen.

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

AM: Das Produkt enthält Inhaltsstoffe von Rinderknochen.

PM: Das Produkt enthält Inhaltsstoffe von Rinderknochen und Soja.

## 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 Mikronährstoffen 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

## Osteochron®-Produktgruppen



Chronobiologie



Knochen & Gelenke



Schmerzen & Entzündungen

Hersteller



**VitaBasix®**

by LHP Inc.

www.vitabasix.com | info@vitabasix.com