

# Gebrauchsanweisung

Bitte sorgfältig lesen !

Stand 06/2016

Orthomolekulare Vitalstoffkombination

**proSan<sup>®</sup>immun** für ein starkes Immunsystem und gesunde Abwehrkräfte

Wir freuen uns, dass Sie sich für **proSan immun** entschieden haben.

**proSan immun** wird nach höchsten Qualitätsstandards (GMP / HACCP) in Deutschland hergestellt. Ein GMP-gerechtes Qualitätsmanagementsystem dient der Gewährleistung der Produktqualität. HACCP garantiert einen qualitätsgesicherten Produktionsprozess vom Rohstoff bis zum Endprodukt.

**proSan immun** enthält hochwertige Mikronährstoffe in komplexer Zusammensetzung und ausgewogener Dosierung – entwickelt nach neuesten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen auf Basis der Orthomolekularen Medizin.

## 1. Erhöhter Mikronährstoffbedarf bei Krankheit und besonderen Belastungen

Das Immunsystem bekämpft Krankheitserreger wie Bakterien, Viren und Pilze. Weiter kann es Tumorzellen erkennen und zerstören und ist an der Wundheilung beteiligt. Aber auch Umweltschadstoffe, denen wir täglich ausgesetzt sind, werden von den Abwehrzellen des Immunsystems erkannt, bekämpft und zerstört.

Um seine vielfältigen Aufgaben verlässlich wahrnehmen zu können, ist unser Immunsystem angewiesen auf eine ausreichende Versorgung mit Mikronährstoffen. Aber nicht irgendwelchen Mikronährstoffen! Nur einige wenige Vitamine und Spurenelemente haben einen direkten Einfluss auf das Immunsystem und sorgen für dessen „normale“ Funktion. Eine gesunde und ausgewogene Ernährung sichert normalerweise die Versorgung.

Krankheiten (besonders wenn man regelmäßig und/oder häufiger davon betroffen ist) und besondere Belastungen (z.B. stark belastende Therapien) beanspruchen das Immunsystem zusätzlich. Dann ist der Bedarf an solchen Mikronährstoffen erhöht, die unsere Abwehrkräfte unterstützen. Dieser erhöhte Bedarf an ganz bestimmten Mikronährstoffen kann dann mit der normalen Ernährung oft nicht abgedeckt werden.

Aber gerade in solchen Situationen braucht der Körper dieses Gezielte Mehr an Mikronährstoffen in Form von Vitaminen, Spurenelementen und Sekundären Pflanzenstoffen.

**Die Vitamine C, D3, A, B6, B12, Folsäure sowie die Spurenelemente Selen, Zink, Kupfer und Eisen unterstützen ganz gezielt das Immunsystem und Abwehrkräfte.**

## 2. Oxidativer Stress bei Abwehrreaktionen

Aber auch sogenannte Freie Radikale können unsere Gesundheit zusätzlich bedrohen. Sie entstehen als „Abfallprodukte“ bei zahlreichen Stoffwechselfvorgängen und schädigen unsere Zellen, indem sie die Zellmembran angreifen. Normalerweise ist der menschliche Körper mit entsprechenden Schutzmechanismen ausgestattet. Ist der Organismus jedoch einer zu hohen Konzentration an Freien Radikalen ausgesetzt oder verfügt er über zu wenig Antioxidantien, entsteht oxidativer Stress.

Oxidativer Stress kann z.B. entstehen, wenn der Organismus gegen Infektionen und Entzündungen kämpfen muss - aber auch bei vielen anderen Krankheiten wie z.B. Allergien, chronischen Erkältungen und Atemwegserkrankungen, Magen- und Darmerkrankungen, Diabetes, Rheuma, Alzheimer, Parkinson, verschiedenen Hauterkrankungen oder Krebserkrankungen.

Der Körper reagiert mit einer Abwehrreaktion. Gerade auch bei solchen Immunreaktionen können Freie Radikale entstehen.

**Die Vitamine E, C, B2 sowie die Spurenelemente Zink, Selen, Kupfer und Mangan schützen unsere Zellen vor oxidativem Stress.**

### 3. Schnelle Zellteilung bei Aktivierung des Immunsystems

Wird das Immunsystem aktiviert, müssen sich die Immunzellen **schnell** teilen und entwickeln können.

**Zink und Vitamin A haben wichtige Funktionen bei der Zellteilung / Zellspezialisierung.**

### 4. Gesunde Schleimhäute als Schutz vor Bakterien und Keimen

Die Schleimhaut des Atemtraktes spielt eine wichtige Rolle bei der Abwehr von Krankheitserregern. Auch die Darmschleimhaut dient unserem Körper als Schutzbarriere. Gesunde Schleimhäute können nämlich sogenannte Immunglobuline absondern und haben so eine wichtige Schutzfunktion gegen eindringende Krankheitserreger.

**Die Vitamine A, B2, Niacin (B3) und Biotin sind wichtig zum Erhalt normaler und somit intakter Schleimhäute.**

### 5. Sekundäre Pflanzenstoffe mit Polyphenolen und OPC

Das besondere Plus bei proSan immun ist die ergänzende Kombination mit wichtigen Sekundären Pflanzenstoffen: Carotinoide, Bioflavonoide, Granatapfel-Extrakt und Traubenkern-OPC

Der **Granatapfel**, auch Speise der Götter genannt, gilt als älteste Heilfrucht der Menschheit. Der Grund: Er enthält neben vielen Vitaminen und Mineralstoffen ganz besonders viele **Polyphenole**, die für die vielen gesundheitlichen Effekte verantwortlich sind. Der in proSan immun verwendete Granatapfel-Extrakt wurde in einem ganz besonders schonenden Gewinnungsverfahren hergestellt. Dies garantiert, dass die für seine Wirkungen verantwortlichen bioaktiven Stoffe zur Verfügung stehen.

**OPC** sollten nie isoliert sondern immer zusammen mit antioxidativ wirksamen Vitaminen und Spurenelementen (so wie in proSan immun enthalten) eingenommen werden, da deren Wirkungen synergetisch sind und sich gegenseitig verstärken. Auch sollten OPC nie als isolierter Stoff sondern immer in der Form von **Traubenkernextrakt** eingenommen werden.

**Lycopin, ein starkes Antioxidanz** gehört zur Gruppe der Carotinoide. Es ist das Carotinoid, das im menschlichen Körper am häufigsten vorkommt. Lycopin wird vom Organismus leicht aufgenommen.

Ähnlich wie schon der Granatapfel wirken auch die **Citrus-Bioflavonoide** synergetisch mit Antioxidantien. Sie haben vor allem im Immunsystem aber auch im Herz-Kreislauf-System viele gesundheitsfördernde Funktionen.

### 6. Bei Einnahme von proSan immun - zusätzlich profitieren

#### Energiestoffwechsel

Die Vitamine B2, B3 (Niacin), B6, B12, C und Biotin sowie die Spurenelemente Eisen, Mangan und Kupfer sorgen für einen normalen Energiestoffwechsel.

#### Müdigkeit und Erschöpfung

Vitamin C, B2, B3 (Niacin), B6, B12, Eisen und Folsäure reduzieren Müdigkeit und Erschöpfung.

**Blutbildung und Sauerstofftransport**

Eisen unterstützt die normale Blutbildung sowie den Sauerstofftransport im Körper. Zudem unterstützen Eisen zusammen mit den Vitaminen B6 und B12 die Bildung der roten Blutkörperchen.

**Wundheilung**

Vitamin C unterstützt die Kollagenbildung – wichtig für die Wundheilung.

**Nervensystem**

Die Vitamine C, B2, B3 (Niacin), B6, B12 und Biotin, sowie Kupfer tragen zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei.

**Knochen, Zähne und Muskeln**

Vitamin D ist wichtig für den Erhalt normaler Knochen und Zähne sowie für die Muskulatur.

**Stoffwechsel und Blutzucker**

Chrom wird gebraucht für den Stoffwechsel und einen normalen Blutzuckerspiegel.

**Da der Körper diese Mikronährstoffe selbst nicht herstellen kann, müssen diese mit der täglichen Nahrung zugeführt werden.**

## Zusammensetzung und Dosierung

### Tagesdosis: 3 Kapseln

#### Vitamine

Vitamin A (RE)	800 µg
Vitamin C	400 mg
Vitamin E (aus natürlichem Pflanzenöl)	60 mg
Vitamin B2	5 mg
Niacin (B3)	60 mg
Vitamin B6	5 mg
Vitamin B12	6 µg
Vitamin D3	10 µg
Folsäure	600 µg
Biotin	165 µg

#### Spurenelemente

Selen	200 µg
Eisen	14 mg
Zink	20 mg
Mangan	2 mg
Kupfer	1.000 µg

#### Sekundäre Pflanzenstoffe

Lycopin	5 mg
Citrus-Bioflavonoide	5 mg
Granatapfel-Extrakt	200 mg
davon Polyphenole	80mg
Traubenkern-Extrakt	125 mg
davon OPC	50 mg

## Einzelsubstanzen oder Nährstoffgemische?

Bei körperfremden Stoffen, z.B. Arzneimitteln, ist immer Vorsicht geboten, wenn mehrere gleichzeitig gegeben werden. Ihre Wirkungen, vor allem aber ihre Nebenwirkungen, können sich potenzieren und zu Problemen führen.

### Ganz anders bei Mikronährstoffen!

Mikronährstoffe sind natürliche körpereigene Substanzen, die der Mensch seit mehreren Millionen Jahren immer als Gemisch mit der täglichen Nahrung aufnimmt. In den richtigen Dosierungen kommt es zu keinen negativen Interaktionen. Im Gegenteil, ihre Wirkungen verstärken sich häufig gegenseitig (synergetische Effekte). Nährstoffgemische sind daher Einzelsubstanzen in ihrer Wirkung überlegen. Auch in der Natur kommen Nährstoffe fast ausschließlich in Kombination vor.

Gerade das Immunsystem ist ein außergewöhnlich komplexes System. Eine orthomolekulare Substitution erfordert daher gerade zur Immunstärkung die **gleichzeitige** Einnahme vieler Vitalstoffe.

Richtig dosieren: Ganz wichtig ist es, die Mikronährstoffe nicht nur bedarfsgerecht für den jeweiligen Verwendungszweck zusammenzustellen, sondern auch ausreichend hoch zu dosieren.

## Gebrauchsempfehlung

Sofern nicht vom Arzt anders empfohlen, 3 Kapseln unzerkaut mit etwas Flüssigkeit zu oder nach einer Mahlzeit verzehren.

## Wichtige Hinweise

**proSan immun** ist frei von Konservierungsmitteln, künstlichen Farbstoffen, Milcheiweiß, Gluten, Laktose und Fructose. Für Diabetiker geeignet (0,008 BE pro Kapsel).

## Darreichungsformen und Packungsgröße

1 Monatspackung enthält 90 Kapseln.

Unverbindlich empfohlener Apothekenabgabepreis € 38,95 inkl. MwSt.

PZN - 1719710 Unter dieser Nummer sind **proSan immun - Kapseln** im Apothekensortiment gelistet.

proSan  
pharm. Vertriebs GmbH  
Am Knipprather Busch 20  
40789 Monheim am Rhein

Tel.: 02173 / 896120  
Fax: 02173 / 896122  
E-Mail: [info@prosan.de](mailto:info@prosan.de)  
Internet: [www.prosan.de](http://www.prosan.de)