

Eisen-II Presslinge

38 g, 96 Stück

Art.-Nr. 72053

Wir freuen uns sehr über Ihr Interesse an den naturreinen Bärbel Drexel Produkten!



Eisen wird für eine Vielzahl von Vorgängen im Körper benötigt, wie z. B. zur Bildung von roten Blutzellen, zur Bildung des roten Blutfarbstoffes Hämoglobin, für den Sauerstofftransport zu den Geweben, zur Energieversorgung der Zellen, zur Unterstützung des Immunsystems, zur Entwicklung und zur Funktion des Gehirns sowie zur Reduzierung von Müdigkeit und Erschöpfungszuständen des Körpers.

Eisen ist ein wichtiger Baustein des Blut- und Muskelfarbstoffes und transportiert Sauerstoff. Daher wird es auch als „Sauerstoff-Taxi des Körpers“ bezeichnet. Auch viele Enzyme brauchen Eisen um ihre Funktionen im Körper ausüben zu können.

Für Eisenmangel gibt es verschiedene Anzeichen, wie verminderte Leistungsfähigkeit, Müdigkeit, Blässe und Schwäche. Eisenmangel kann verschiedene Ursachen haben, wie erhöhten Bedarf oder zu geringe Zufuhr.

Erhöhter Bedarf besteht zum Beispiel bei starken Monatsblutungen, während einer Schwangerschaft und in der Stillzeit oder in der Wachstumsphase und in der Pubertät.

Eine zu geringe Eisenzufuhr haben oft Menschen, die keine tierischen Nahrungsmittel zu sich nehmen. In pflanzlichen Nahrungsmitteln ist zwar genügend Eisen enthalten, jedoch liegt es in einer Form vor, die der Körper schlecht verwerten kann. Auch bei hoher

sportlicher Belastung steigt der Verlust an Mineralstoffen und Spurenelementen über die Nieren und den Schweiß.

Da es sich bei den **Eisen-II Presslingen** um natürliches mineralreiches Eisen, verbunden mit einer pflanzlichen Aminosäure handelt, ist es auch für Vegetarier und Veganer geeignet. Frucht- und Gemüsekonzentrate, wie rote Beete, schwarze Karotten, rote Trauben, Sauerkirschen, schwarze Johannisbeeren und Hagebutten unterstützen durch ihren natürlichen Vitamin C-Gehalt die Eisenaufnahme und Verwertung.

Verzehrempfehlung:

Täglich 1 Pressling mit ausreichend Flüssigkeit (z. B. 1 Glas Wasser) verzehren. Idealerweise ½ Stunde vor dem Essen, über einen Zeitraum von 6 Wochen. Bestimmte Personengruppen (Schwangere) können bis zu 3 Presslinge pro Tag verzehren.
(siehe auch Tabelle nach D-A-CH Zufuhrempfehlungen).

Hinweise: Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung sowie eine gesunde Lebensweise. Die angegebene empfohlene tägliche Verzehrmenge darf nicht überschritten werden. Nahrungsergänzungsmittel außerhalb der Reichweite von kleinen Kindern lagern.

Das Eisen, das aus der Nahrung aufgenommen wird, deckt allenfalls den normalen Bedarf. Ist dieser jedoch aus oben genannten Gründen erhöht, benötigt der Körper mehr Eisen. Weitere Verzehrempfehlungen:

Empfohlene tägliche Zufuhr an Eisen nach D-A-CH (Deutsche, Österreichische und Schweizerische Gesellschaft für Ernährung)

Personengruppe	Eisen-II Presslinge	% der Zufuhr
Schwangere	3 Presslinge	100 % (30mg)
Stillende	2 Presslinge	100 % (20mg)
Mädchen > 10 Jahre	1,5 Presslinge	100 % (15mg)
Frauen im gebärfähigen Alter	1,5 Presslinge	100 % (15mg)
Frauen ab 51 Jahre	1 Pressling	100 % (10mg)
Männer	1 Pressling	100 % (10mg)

Stand: 31.10.2018



**Einfach und sicher
online bestellen:**

www.baerbel-drexel.de

Geprüfter Online-Shop



**Wir sind persönlich
für Sie da:**

Bestellannahme: **08276 - 518 400**

Mo. – Fr. 8 bis 22 Uhr | Sa. – So. 8 bis 20 Uhr

Service & Beratung: **08276 - 518 100**

Mo. – Fr. 8 bis 18 Uhr



Bärbel Drexel GmbH
Aichacher Straße 7 – 86674 Baar (Schwaben)