

**GEBRAUCHSANWEISUNG**



**Arginin + Folsäure + Vitamin B6 + B12**

Kapseln zur diätetischen Behandlung von

- Frühstadien der allgemeinen Arteriosklerose
- Bluthochdruck
- erhöhtem Homocysteinspiegel
- gestörter Gefäßfunktion bei Diabetes mellitus wie Gefäßveränderungen am Augenhintergrund oder sexuellen Funktionsstörungen (z. B. erektiler Dysfunktion beim Mann)

Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) zur diätetischen Behandlung.

**ZUSAMMENSETZUNG:** Eine Kapsel enthält: 650 mg L-Arginin, 1,0 mg Vitamin B6, 200 µg Folsäure, und 1 µg Vitamin B12.  
**Glutenfrei, lactosefrei, frei von tierischen Fetten, frei von Konservierungsstoffen.**

**EINNAHMEEMPFEHLUNG:** Zweimal täglich (morgens und abends) je 2 Kapseln zu den Mahlzeiten mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. Zu

Beginn der Behandlung kann der Therapeut eine höhere Einnahme (3 x 2 Kapseln) für sinnvoll erachten. Eine langfristige Einnahme wird empfohlen.

**Inhalts- und Hilfsstoffe, Zutaten:**

NÄHRWERTE	PRO TAGES- VERZEHR (4 KAPSELN)	PRO 100 G
Brennwert	12,6 kcal 54 kJ	343 kcal 1456 kJ
Eiweiß	3,08 g	83,7 g
Kohlenhydrate	0,006 g	0,2 g
Fett	0,028 g	0,8 g
L-Arginin	2600 mg	70,7 g
Vitamin B6	4 mg = 286 % RDA*	109 mg
Folsäure	800 µg = 400 % RDA*	21,7 mg
Vitamin B12	4 µg = 160 % RDA*	109 µg

\* % RDA = Prozentanteil der empfohlenen Tagesdosis

**ZUTATEN:** L-Arginin Hydrochlorid, Kapselhülle (Gelatine, Farbstoff E171), Trennmittel Magnesiumsalze von Speisefettsäuren, Trennmittel Siliciumdioxid, Maltodextrin, Pyridoxin Hydrochlorid, Folsäure, Cyanocobalamin.

**VERTRÄGLICHKEIT:** Die Dosierung der Inhaltsstoffe in Arginin plus Folsäure Kapseln liegt im ernährungsphysiologischen Bereich. Die Kapseln sind gut verträglich, können im Allgemeinen zusammen mit Medikamenten wie z.B. vom Arzt verordneten Blutdrucksenkern eingenommen werden und sind für eine Langzeitanwendung geeignet.

**WICHTIGE HINWEISE:** Bei Arginin plus Folsäure Kapseln

handelt es sich um ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke. Arginin plus Folsäure Kapseln sollen unter ärztlicher Aufsicht und therapeutischer Beratung verwendet werden\*, damit bereits bestehende schwerere Herz-Kreislauf-Erkrankungen – die anderer ärztlicher Maßnahmen bedürfen – mit dem Therapeuten vor der Einnahme abgeklärt werden können. Bei gleichzeitigem Einsatz von Arzneimitteln, die z.B. die Blutgerinnung beeinflussen, muss die Anwendung mit dem Therapeuten abgestimmt werden. Mögliche Wechselwirkungen sind hier allerdings grundsätzlich theoretischer Natur und auf Grund der ernährungsphysiologischen Mengen bei der empfohlenen Einnahme nicht beschrieben und auch nicht zu erwarten. Die diätetische Anwendung von Arginin plus Folsäure Kapseln zielt speziell auf die Verbesserung einer gestörten Gefäßfunktion (endotheliale Dysfunktion), auf deren Grundlage sich die Arteriosklerose entwickelt und fortschreitet. Die Anwendung zielt keinesfalls auf die klinische Behandlungsphase eines Herzinfarkts oder Schlaganfalls. Bei derartig schwerwiegenden akuten medizinischen Ereignissen sind andere ärztlich-therapeutische Maßnahmen angezeigt. Da für Arginin plus Folsäure Kapseln

keine ausreichenden Erfahrungen bei Schwangeren bzw. stillenden Frauen und Kindern vorliegen, ist dieser Personen- gruppe vom Verzehr abzuraten.

Arginin plus Folsäure Kapseln haben auf ernährungsphysiologischem Weg, jedoch ähnlich wie z. B. Sildenafil (Viagra®), Vardenafil (Levitra®), Tadalafil (Cialis®) oder Nitrate (z.B. Amylnitrit) Einfluss auf den natürlichen Botenstoff NO. Gleichzeitig mit den genannten Medikamenten eingenommen, kann es daher theoretisch zu einer Wirkungsverstärkung kommen. Bei sexuellen Funktionsstörungen des Mannes (erektiler Dysfunktion, ED) kann Arginin grundsätzlich zu ähnlichen Effekten führen.

**ANGABEN ZUR HALTBARKEIT UND LAGERUNG:** Das Mindesthaltbarkeitsdatum dieser Packung ist auf der Dosenunterseite aufgedruckt. Verwenden Sie diese Packung nicht mehr nach diesem Datum!

Arginin plus Folsäure Kapseln an einem trockenen Ort und nicht über 25° C aufbewahren. Vor direkter Sonneneinstrahlung schützen.

**Liebe Verwenderin, lieber Verwender!**

Mit Arginin plus Folsäure Kapseln haben Sie sich für ein hochwertiges, gut verträgliches Produkt entschieden. Die Kapseln enthalten eine **Kombination** aus den natürlichen Nährstoffen **Arginin, Folsäure, Vitamin B6 und B12**, die in dieser Menge über die normale Ernährung nicht regelmäßig aufgenommen werden und die geeignet sind, die Gefäßgesundheit (Arteriosklerose) und den Bluthochdruck möglichst frühzeitig positiv zu beeinflussen.

Arginin plus Folsäure Kapseln wurden für die Gefäßgesundheit nach neuesten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen für Erwachsene mit **Bluthochdruck** und **Arteriosklerose** (oft auch als »Adernverkalkung« bezeichnet) entwickelt und als wichtiger Baustein auf die speziellen Ernährungserfordernisse dieser Patienten sorgfältig abgestimmt. Insbesondere für **Diabetiker** ist die diätetische Behandlung mit Arginin plus Folsäure Kapseln unter medizinischer Kontrolle sinnvoll, da Diabetes mellitus bereits frühzeitig von einer Arteriosklerose begleitet wird. Das gleiche gilt für die **erektiler Dysfunktion** beim Mann, der häufig arteriosklerotische Gefäßveränderungen zugrunde liegen.

\* Hinweis aufgrund ges. Bestimmungen.

## Die Inhaltsstoffe in Arginin plus Folsäure Kapseln

### Der pflanzliche Eiweißbaustein Arginin

Das körpereigene und daher gut verträgliche Arginin ist in den letzten Jahren mehr und mehr in den Mittelpunkt der Ernährungswissenschaften gelangt und daher sehr gut erforscht. Arginin gehört zur Gruppe der semiessentiellen und daher wichtigen Aminosäuren, d. h. dieser Eiweißbaustein muss z. T. mit der Nahrung zugeführt werden. Oft wird der Bedarf an Arginin durch die körpereigene Produktion nicht ausreichend abgedeckt. Insbesondere bei Erkrankungen, wie z. B. der Arteriosklerose und Diabetes, aber auch Potenzstörungen, besteht in der Regel ein krankheitsspezifischer Mehrbedarf an Arginin.

Arginin ist an wichtigen Funktionen im Körper beteiligt. Aus Arginin wird der natürliche Botenstoff Stickstoffmonoxid (NO) gebildet, welcher für die Gefäßerweiterung und damit zur Regulation des Blutflusses ebenso benötigt wird, wie für die optimale Funktion der Blutgefäßinnenwand. **Für diese bedeutende Entdeckung wurde 1998 der Nobelpreis verliehen.** Eine ausreichende

Nährstoffversorgung **mit Arginin unterstützt auch die körpereigene Blutdruckregulation** und trägt so zur Normalisierung eines erhöhten Blutdrucks bei.

### Das B-Vitamin Folsäure

**FOLSÄURE** gehört zur Gruppe der B-Vitamine. Die wichtige Rolle von Folsäure bei der frühen Entwicklung eines Kindes ist in weiten Teilen der Bevölkerung bereits bekannt. Weniger bekannt ist, dass auch bei Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, wie z. B. der Arteriosklerose, eine ausreichende Versorgung mit Folsäure von erheblicher Bedeutung ist. Mit Hilfe von Folsäure kann das unerwünschte Homocystein in eine für den Körper verträgliche Substanz umgewandelt werden und auf diese Weise dem Fortschreiten der Arteriosklerose entgegenwirken. Besonders effektiv geschieht dies im Zusammenhang mit Arginin und den ebenfalls in Arginin plus Folsäure Kapseln enthaltenen **Vitaminen B6 und B12.**

### Risikofaktor Homocystein

Die Folge von Vitamin-B- und Folsäure-Mangel sind erhöhte Homocystein-Werte. Beim Homocystein handelt es sich um eine schwefelhaltige, nicht in der

Nahrung vorkommende Aminosäure. Homocystein wird neben Cholesterin als einer der wichtigsten Risikofaktoren für eine Reihe von Erkrankungen, wie z. B. Gefäß- und Herz-Kreislaufkrankungen, angesehen. Eine Konzentration von bis zu 10 µmol/l (Mikro-Mol pro Liter) gilt als unbedenklich, bis zu 12 µmol/l sind bei ansonsten gesunden Menschen noch tolerierbar. Steigt der Wert aber über 12 µmol/l, sollte eine Therapie mit der Gabe von Folsäure erfolgen.

### Welchen Einfluss hat die Arteriosklerose auf Ihre Gesundheit?

Herz-Kreislauf-Erkrankungen, wie z. B. Arteriosklerose, sind in der westlichen Welt weit verbreitet. Die Risikofaktoren, die zu einer Arteriosklerose führen oder diese begünstigen können, sind vielfältig.

#### Dazu gehören:

- **Bluthochdruck**
- **Übergewicht, ungesunde Ernährung**
- **Störungen im Fettstoffwechsel (Cholesterin, Neutralfette)**
- **Rauchen**
- **Diabetes**
- **erhöhter Homocystein-spiegel/Argininmangel**
- **Bewegungsmangel**
- **Stress**

Liegen mehrere dieser Risikofaktoren gleichzeitig vor, sprechen Ärzte vom so genannten »Wohlstandssyndrom« (metabolischen Syndrom). Verstärkte Ablagerungen in den Blutgefäßen sind meist die Folge.

### Wie sollte eine arteriengesunde Lebensweise aussehen?

Wichtig ist eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung (ballaststoff- und vitaminreich, reich an natürlichem Arginin, fett- und zuckerreduziert, jedoch mit einem hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren) und regelmäßiger Bewegung. Eine insgesamt »gesunde Lebensweise« und ein Körpergewicht im Normbereich können dazu beitragen, die Lebensqualität entscheidend zu verbessern.

## Diätetische Behandlung mit Arginin plus Folsäure Kapseln

Bei Arteriosklerose, insbesondere auch im Zusammenhang mit Diabetes mellitus und Bluthochdruck, ist der Nährstoffbedarf an Arginin und Folsäure besonders hoch. Die Deckung ist in diesen Fällen auch mit einer ausgewogenen und gesunden Ernährung oft nicht möglich. Mit Hilfe einer ergänzenden balancierten Diät, die Arginin und Folsäure sowie die Vitamine B6 und B12 enthält, kann jeder den speziellen Nährstoffanforderungen des Körpers bei Herz-Kreislaufkrankungen gezielt gerecht werden.

Wenn Sie noch Fragen zu Arginin plus Folsäure Kapseln haben, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihren behandelnden Therapeuten, Ihren Apotheker oder Ihren Ernährungsberater.

#### ODER SCHREIBEN SIE UNS:

Quintessenz health products GmbH  
Badeniastr. 27, 41564 Kaarst, info@q-health.com  
Besuchen Sie uns auch im Internet unter:

**WWW.ARGININPLUSFOLSAEURE.DE**