

Inhalt

TERRA NOVA	1
Belebende Synergie.....	2
Beta-Carotin	2
Beruhigende Synergie	2
Coenzym Q10 30mg	2
Eisen Komplex	2
Magnesium-Calcium-Komplex	3
Pflegekomplex Haut Haare Nägel	3
Pränataler Multivitamin Komplex	4
Quercetin-Brennnessel-Komplex	4
Rhodiola-Rosenwurz	5
Synergie Für Die Augen	5
Synergie Für Die Frau	5
Synergie für die Gelenke (Weihrauch, Glucosamin und MSM-Komplex).....	5
Synergie für die Immunabwehr.....	6
Synergie für die Leber	6
Synergie für die Prostata.....	7
Verdauungsenzyme Komplex.....	7
Vitamin B12 500mg	7
Vitamin C 250mg.....	7

TERRA NOVA

Britischer Hersteller. **Besonderheit: statt Füllmittel wird der Magnifood-Komplex verwendet**

MagniFood Komplex

aus naturbelassenen und biologisch angebauten oder wildwachsenden Pflanzen. Um die bestmögliche physiologische Wirkung zu erzielen, muss jeder Mikronährstoff effektiv absorbiert und verwertet werden. Um dies zu erreichen, muss ein breites Spektrum synergistischer Interaktionen mit Enzymen, Cofaktoren, Pflanzenstoffen und anderen Nährstoffen eingebunden sein, die der Magnifood Komplex gewährleistet.

Warum Terra Nova ?

- Bessere Resorption durch den Magnifood Komplex
- Wissenschaftsbasierte Rezeptur aus gefriergetrockneten Pflanzen
- Hohe Bioverfügbarkeit der Wirkstoffe
- Hoher Reinheitsgrad durch Biozertifizierung
- Vegane Kapseln, keine tierischen Inhaltsstoffe
- Frei von chemischen Zusatz- und Füllstoffen

Belebende Synergie

- bei körperlicher und mentaler Müdigkeit
- bei Stressbelastung
- erhöht die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit
- keine aufputschende Wirkung
- bewahrt und stärkt die Lebenskraft
- erhält 12 Pflanzen bzw. Lebensmittel

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Beta-Carotin

Wird im Körper zu Vitamin A umgewandelt.

Vitamin A trägt zur Erhaltung gesunder Haut und Schleimhäute bei und zur Unterstützung des Immunsystems, ebenso wie zur Erhaltung normaler Sehkraft und es trägt zu einem normalen Eisenstoffwechsel bei.

Verzehrempfehlung: 1 Kapsel zu den Mahlzeiten.

Beruhigende Synergie

- hilft bei seelischer Not
- mindert das Gefühl von Angst, Sorgen und Beklemmung
- hilft bei Schlafstörungen
- beruhigt
- Magnifood-Komplex enthält 7 Inhaltsstoffe
- keine aufputschende Wirkung

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten

Coenzym Q10 30mg

- stärkt das Herz und verbessert die Lebensqualität bei Herz- und Kreislauferkrankungen
- unterstützt die Genesungsphase
- verhindert die Müdigkeit in Stresssituationen und bei körperlicher Anstrengung
- trägt zur Ausdauer in Stresssituationen und bei körperlicher Anstrengung bei
- stimuliert die körperliche und mentale Leistungsfähigkeit
- trägt zu einem normalen Energiestoffwechsel

Verzehrempfehlung: 1 Kapsel täglich zu den Mahlzeiten.

Eisen Komplex

- bei Eisenmangel und Blutarmut
- bei Müdigkeit und Schwäche
- bei ungenügender Eisenzufuhr durch die Ernährung bedingt
- verursacht keine Verdauungsstörungen
- Vitamin C erhöht die Eisenaufnahme

Eisen in Form von Bisglycinat ist **sanft zu den Verdauungsorganen und führt nicht zu Verstopfungen**. Dank seiner Rolle bei der Bildung von roten Blutkörperchen und Hämoglobin ist es auch **bei starken Menstruationsblutungen sowie bei intensiver sportlicher Aktivität** geeignet.

Hagebutte enthält außerordentlich hohe Vitamin-C Konzentrationen. Gerstengrasblätter sind ein natürlicher Lieferant von Chlorophyll, Eisen, Folat, Vitamin B2, die für die Bildung roter Blutkörperchen notwendig sind. Dank ihrer Rolle bei der Freisetzung von Verdauungsenergie tragen sie zu Verminderung von Müdigkeit bei. Chlorophyll und Hämoglobin sind fast identische Moleküle, mit dem Unterschied, dass Chlorophyll ein Magnesiumatom und Hämoglobin ein Eisenatom besitzt. Acai-beeren enthalten Antioxidantien und Vitamin-E-Isomere. Sie können die oxidative Wirkung von Eisen kompensieren.

Verzehrempfehlung: 1 Kapsel zu den Mahlzeiten.

Magnesium-Calcium-Komplex

- trägt für eine normale Muskelfunktion bei, auch des Herzmuskels
- wird für die Erhaltung gesunder Knochen und Zähne benötigt
- trägt zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- trägt zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- trägt zum Elektrolytgleichgewicht bei
- trägt zu einer normalen Eiweißsynthese und Zellteilung bei

Verzehrempfehlung: 2-4 Kapseln zu den Mahlzeiten

Pflegekomplex Haut Haare Nägel

- für die Haut
- für das Haar
- für die Nägel

MSM (Methylsulfonylmethan) bzw. die aktive Form des Schwefels ist das Basiselement aller Bindegewebe (Haut, Nägel, Bänder) und trägt zu ihrer Regeneration bei.

Die jungen Triebe des **Acker-Schachtelhalms** enthalten Nährstoffe, welche die Gesundheit und das Aussehen der Haut positiv beeinflussen: Silicium, Schwefel und Vitamin C.

Die Beeren und Blätter des **Sanddorns** liefern sehr viele Omega-7-Fettsäuren, die für die Erhaltung einer gesunden Haut notwendig sind. Sie enthalten außerdem Antioxidantien, Flavonoide, Carotinoide sowie die Vitamine C und E, die die Haut vor Umwelteinflüssen schützen.

Heidelbeeren liefern Vitamin C und Antioxidantien, die die Bildung von Mukopolysacchariden stimulieren. Sie sind ein Teil der Strukturkomponenten des Hautgewebes und verhindern mit ihren antioxidativen Eigenschaften die schädliche Wirkung von freien Radikalen.

Rohe **Kakaosamen** enthalten Flavone, die effektiv freie Radikale binden und den Blutkreislauf im Hautgewebe anregen.

Klettenwurzeln wurden schon von unseren Großmüttern zur Behandlung kleiner Wunden, Entzündungen und Hautgeschwüren verwendet.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Pränataler Multivitamin Komplex

- kompletter Multivitamin Komplex bei erhöhtem Bedarf in der Schwangerschaft und Stillzeit
- enthält eine sofort verfügbare, aktive Form der Folsäure
- enthält Omega-3-Fettsäuren
- enthält Eisen und Magnesium
- verursacht keine Verdauungsstörungen
- ohne schädliche Füllstoffe

Der pränatale Multivitamin Komplex enthält 22 Nährstoffe, darunter insbesondere **D3 aus Algen**, eine aktive Form von B12 (Methylcobalamin), Eisen in Form von Bisglycinat, das keine Verdauungsprobleme verursacht, und eine aktive Form der Folsäure (L-Methylfolat). Es kann vom Körper sofort verwertet werden und ist auch für die 50 % Frauen geeignet, bei denen der Stoffwechsel von Folsäure in Folat gestört ist.

Stabilisierte Reiskleie ist der beste Lieferant von Vitamin E und seine Isomere, B-Vitaminen, Mineralstoffen, Ballaststoffen und essentiellen Fettsäuren. Außerdem fand man in der Reiskleie nicht weniger als 100 unterschiedliche antioxidative Verbindungen. Wirsingkohlblätter sind ein Supergemüse, denn sie enthalten Carotinoide, diverse essentielle Vitamine sowie zahlreiche Mineralstoffe und Phytoverbindungen wie Indol-3-Carbinol und Sulforaphan, die die Leber und die Ausscheidung schädlicher Gifte aus dem Körper unterstützen. Heidelbeeren liefern Vitamin C und Anthocyane, die im Zusammenhang mit einer positiven physiologischen Wirkung auf den Blutkreislauf, das Bindegewebe und die Augen untersucht wurden. Blätter und Saft der Roten Bete enthalten Folate, Vitamin C, Kalium, Eisen, Magnesium und Kupfer. Sie sind ein wichtiger Lieferant der Methylgruppe Betain. Spinatblätter enthalten Carotinoide (Lutein und Zeaxanthin), die Vitamine C und K sowie Folat und Mangan.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Quercetin-Brennnessel-Komplex

- lindert die Symptome bei **Heuschnupfen**
- hilft bei allergischer Rhinitis
- hemmt die **Histaminfreisetzung**
- wirkt entzündungshemmend

Brennnesselblätter bzw. die bioaktiven Verbindungen in ihren Brennhaaren hemmen die Entzündungselemente und die Histaminfreisetzung. Sie wirken auf dieselbe Weise wie synthetische Antihistaminika, wobei sie keine unerwünschten Nebenwirkungen hervorrufen.

Quercetin ist ein Flavonoid, das für seine entzündungshemmende Wirkung bekannt ist. Die Basophilen im Gewebe (Immunzellen) verhindern die Freisetzung von Histamin.

Bromelain kann die Wirkung des Quercetins erhöhen und wirkt entzündungshemmend.

Vitamin C steigert den Effekt des Quercetins, hemmt die Freisetzung von Histamin und unterstützt dessen Abbau.

Kurkuma und Holunder können Entzündungsprozesse stark hemmen.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zwischen den Mahlzeiten.

Rhodiola-Rosenwurz

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Synergie Für Die Augen

- für eine gute Sehfähigkeit

Astaxanthin und Lutein erwiesen sich in Untersuchungen als starke Antioxidantien, die das Risiko für altersbedingte Makuladegenerationen und grauen Star vermindern und einen positiven Einfluss auf die Sehfähigkeit ausüben.

Heidelbeeren, Acai-beeren und Erdbeeren liefern Vitamin C und Anthocyane mit antioxidativer Wirkung, die im Zusammenhang mit einer positiven physiologischen Wirkung auf das Bindegewebe und die Augen untersucht wurden. Lyophilisierte Heidelbeeren enthalten 4,3 % Anthocyane im Vergleich zu klassisch getrockneten Heidelbeeren, die 2,9 % Anthocyane enthalten. Acai-beeren sollen das Augengewebe dank ihrer hohen Position auf der ORAC-Liste vor gefährlichen Superoxidradikalen schützen.

Wirsingkohl enthält für die Augen wichtige Verbindungen wie die Carotinoide Lutein und Zeaxanthin, sowie den Mineralstoff Schwefel, der ein Oxidans ist und für die Unterstützung des Bindegewebes notwendig ist.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Synergie Für Die Frau

- Unterstützung in den Wechseljahren
- für Frauen ab 45

Die **chinesische Engelwurz** wird in China schon seit Jahrhunderten zur Erhaltung des hormonellen Gleichgewichts bei Frauen verwendet.

Sojasprossen, Kudzuwurzeln und **Bockshornkleesamen** enthalten Phytoestrogene in hohen Konzentrationen, darunter auch Isoflavone, die eine ähnliche, aber weniger intensive Wirkung wie Östrogen aufweisen.

Bockshornkleesamen enthalten auch Verbindungen mit Phytoprogesteron-Wirkung.

Grüne **Hafersamen** enthalten Vitamine der Gruppe B und Mineralstoffe für die Funktion des Nervensystems.

Die Wurzeln des **Rosenwurz** sind ein Adaptogen, das von der russischen Schulmedizin zur Aufrechterhaltung des emotionalen und mentalen Gleichgewichts sowie zum Ausgleich des Nervensystems eingesetzt wird.

Brunnenkresse enthält neben Mineralstoffen und B-Vitaminen auch **Schwefel**. Dieser unterstützt die Entgiftung der Leber, deren optimale Funktion in Lebensabschnitten mit hormonellen Schwankungen wichtig ist.

Das **Kurkumarhizom** unterstützt die Entschlackung der Leber, wirkt antioxidativ und tumorhemmend.

Empfohlene Dosis nicht ohne ärztliche Anweisung überschreiten.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Synergie für die Gelenke (Weihrauch, Glucosamin und MSM-Komplex)

- **MSM** (Methylsulfonylmethan): Das Bindegewebe (Bänder, Sehnen, Menisken, Haut, Nägel) verliert mit dem Alterungsprozess seine Eigenschaften. Bei der Regeneration des Bindegewebes kann die Einnahme von MSM (durch die aktive Form des Schwefels) unterstützend wirken.

- **Glucosamin** ist ein natürlicher Stoff, der im Knorpelgewebe vorhanden ist. In seiner Rolle als Nährstoff kann er zur Regeneration des Bindegewebes beitragen.
- Das Harz des Indischen **Weihrauchs** wird im Ayurveda zur Linderung von Beschwerden in Verbindung mit rheumatoider Arthritis eingesetzt. Moderne Untersuchungen zeigen, dass es Entzündungsprozesse abmildern kann, die oft Ursache für Gelenkschmerzen sind.
- Brennnesselblätter enthalten bestimmte Nährstoffe, die für die strukturelle Integrität der Knochen notwendig sind (Silicium, Kalzium, Bor, Vitamin C und K). Selen und Vitamin E binden als Antioxidantien freie Radikale, die sonst einen negativen Einfluss auf die Gesundheit der Gelenke ausüben.
- Untersuchungen bestätigen, dass die **Curcuminoide** aus den Kurkumarhizomen entzündungshemmend wirken. Kurkuma hat auch ein antioxidatives Potential, was besonders günstig ist, denn freie Radikale gelten als destruktivste Elemente bei der Gelenkdegeneration.
- Das **Ingwerhizom** unterstützt die Ausschüttung von Magensäften und die Darmbewegungen, dadurch wird die Absorption von Magnesium und anderen Mineralstoffen verbessert.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Synergie für die Immunabwehr

- für eine starke Gesundheit
- unterstützt das Immunsystem

Astragaluswurzeln stimulieren das Immunsystem und werden in der traditionellen chinesischen Medizin empfohlen und verwendet. Moderne Untersuchungen zeigen, dass Astragalus die Wirkung der Interferone und der Leukozyten unterstützt.

Holunderblüten und -beeren sind in der Volksmedizin weltweit stark verbreitet. Sie werden zur Behandlung von Wunden, Erkältungen und Viruserkrankungen eingesetzt. Neueste Untersuchungen bestätigen die Anwendung in der Volksmedizin: Holunder hilft bei geschwollenen Schleimhäuten (z. B. Nasennebenhöhlen) und weist eine entzündungshemmende, antivirale und sogar tumorhemmende Wirkung auf.

Die Wurzeln der gewöhnlichen **Mahonie** wirken laut Untersuchungen nachweislich antimikrobiell und fördern die Genesung bei bestimmten Infektionen.

Maitake-Myzelien enthalten Beta-Glucane, die eine immunmodulatorische Wirkung aufweisen. Sie werden in China traditionell zur Prävention und Behandlung von Harnwegsinfektionen, Erkältungen und Grippe eingesetzt.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Synergie für die Leber

- unterstützt die Leberfunktion
- entschlackt
- unterstützt den Regenerationsprozess der Leberzellen
- Magnifood-Komplex mit 10 Inhaltsstoffen

L-Cystein kann sich an zahlreiche Schwermetalle binden und bei ihrer Ausscheidung aus dem Körper helfen.

Alpha-Liposäure in mäßigen Mengen und unter gleichzeitiger Einnahme von Cystein unterstützt die Chelation von Quecksilber aus dem Nervengewebe, denn es hat die Fähigkeit, die Blut-Hirn-Schranke zu überwinden.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Synergie für die Prostata

- für Männer mit Beschwerden beim Wasserlassen
- für Männer ab 45

Zink wirkt als Cofaktor bei etwa dreihundert Enzymreaktionen mit und verhindert die Umwandlung von Testosteron in Dihydrotestosteron (DHT).

Brennnesselwurzeln enthalten Verbindungen, die sich in Untersuchungen als wirksam bei der Unterstützung der Prostatafunktion erwiesen, da sie das Enzym 5 α -Reduktase hemmen.

Grüne **Hafersamen** wurden im Lauf der Geschichte als effektives Tonikum für die Männergesundheit geschätzt. Sie sind reich an Phytonährstoffen und Zink und unterstützen die Prostatafunktion.

Feigenkaktusblüten wirken Untersuchungen zufolge auf die 5 α -Reduktase und hemmen die Umwandlung von Testosteron in DHT.

Petersilienblätter und **Maisfasern** gelten in der Volksheilkunde traditionell als Heilmittel bei Beschwerden des Harntrakts. Sie wirken harntreibend.

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten.

Verdauungsenzyme Komplex

- bei Verdauungsproblemen: Blähungen, Flatulenz, Bauchkrämpfe, fettiger und übelreichender Stuhl
- bei Speicheldrüsenerkrankungen
- umfassendste Kombination unterschiedlicher Verdauungsenzyme auf dem Markt
- 7 Enzyme und 11 Enzymformen pflanzlicher Herkunft

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln vor oder zu der Mahlzeit (bei kleiner Mahlzeit reicht 1 Kapsel).

Vitamin B12 500mg

- für mehr Energie
- für das Blut
- für das Nervensystem und bei Gedächtnisproblemen
- für das Immunsystem
- unterstützend bei der Einnahme von Medikamenten, die die Magensäureproduktion hemmen
- für ältere Menschen
- für Veganer und Vegetarier

Verzehrempfehlung: 1 Kapsel täglich zu den Mahlzeiten

Vitamin C 250mg

- Antioxidans
- für die Immunabwehr
- für ältere Menschen und Raucher
- für die Kollagensynthese
- reizt den Magen nicht

Verzehrempfehlung: 1-2 Kapseln täglich zu den Mahlzeiten