



# WAS KANN NAHRUNGSERGÄNZUNG FÜR DEN KÖRPER LEISTEN?

Der moderne Alltag fordert uns vielfältig. Um allen Herausforderungen mit Energie und Vitalität zu begegnen, ist es wichtig, dass wir uns gut und ausgewogen ernähren. Auch wenn in den Supermärkten ein Überangebot an hochwertiger Nahrung angeboten wird, ist es nicht immer ganz einfach, so einzukaufen, dass sämtliche Stoffe, die der Körper dringend benötigt, auch in ausreichender Menge zugeführt werden. Folsäure beispielsweise oder die nicht so prominenten Vitamine, wie etwa Vitamin D, sind über die normale Ernährung nur mit Aufwand und Know-how ausreichend zu bekommen. Daher ist es durchaus sinnvoll, etwa diese Stoffe über hochwertige Nahrungsergänzungsmittel zuzuführen.

## Fast jeder nimmt zu wenig Folsäure zu sich

Verschiedene unterschiedliche Studien haben ergeben, dass gut zwei Drittel der deutschen Bevölkerung zu wenig Folsäure zu sich nehmen. Besonders für Schwangere ist sie außerordentlich wichtig, um das Ungeborene mit einem sicheren Folsäure-Vorrat auszustatten. Folsäure beugt nämlich Herz-Kreislauferkrankungen vor, die heute zu den weit verbreitetsten Zivilisationskrankheiten gehören. Ebenso verbreitet ist Eisenmangel. Der äußert sich bei den meisten durch ständige Müdigkeit und ein Gefühl von Ermattung über den ganzen Tag. Das lebenswichtige Vitamin D übernimmt eine zentrale Rolle für die Verfassung von Muskeln und Knochen. Genau genommen ist es ein Hormon, das der Körper selbst herstellen kann – dazu benötigt er allerdings UV-Licht der Sonne. So ist es besonders in den Wintermonaten wichtig, Vitamin D zuzuführen.

# Kontrolliert zuführen und Mangel effektiv vermeiden

Folsäure, Eisen und Vitamin D, wer wüsste schon auf Anhieb, mit welchen Lebensmittel er diese wichtigen Stoffe dem Körper zuführen kann? Auch wenn beispielsweise der Volksmund Eisenmangel mit Spinat und Schokolade in den Griff zu bekommen meint, aus wissenschaftlicher Sicht ist dies eher Humbug. Wer sich hingegen mit diesen Stoffen dauerhaft und regelmäßig durch natürliche Nahrungsergänzungsmittel versorgt, der ist aus Sicht der Wissenschaft auf der sicheren Seite. In der Schweiz wurde etwa eigens eine Stiftung gegründet, die sich mit dem Thema Mangelversorgung beschäftigt. In einem Pilotprojekt wurde bei 300 Lebensmitteln Folsäure hinzugegeben, um so der Unterversorgung Herr zu werden. Das geht natürlich viel einfacher. Im Produkt [FOREVER IMMUBLEND™](#) beispielsweise ist genau die Tagesdosis Vitamin D enthalten, die Ärzte und Wissenschaftler als notwendige Tagesration definieren. Unterstütze dich im hektischen Alltag zusätzlich mit [FOREVER DAILY™](#): Eine optimal abgestimmte Vitamin- und Nährstoffkombination mit ausgewogenen Extrakten aus Früchten und Gemüse, sowie eine optimale Versorgung mit Folsäure. Für Männer und Frauen jeden Alters bestens geeignet!

## Vital und leistungsfähig durch den Alltag

Gesund essen und trinken: das ist die Basis für ein aktives Leben. Doch selbst wenn du bewusst einkaufst, kochst und genießt, fährst du besser, wenn du die Vitalstoffe Folsäure, Vitamin D und Eisen kontrolliert zuführst und die normale Nahrung dadurch anreicherst. Viele spüren schnell, dass mehr Energie vorhanden ist und man sich rundum wohl fühlt.

Setze bei der ausgewogenen Ernährung auf Zusatzpräparate, die du genau in der Menge zuführst, die dein Körper täglich braucht. Das steigert die abrufbare Energie und führt zu mehr Wohlbefinden und Zufriedenheit.



[Zum Shop](#)