

Inhalt

6 *Aktuelle Studien*

- 6 Tee und Herz-Kreislaufkrankungen
- 8 Omega 3 und Herzgesundheit
- 9 Citrus Flavonoide und Nierenerkrankungen
- 10 Vitamin D und Parkinson
- 12 Curcumin und Tumorprävention

14 *Pflanzenextrakte*

- 14 Eichenholzextrakt bei Müdigkeit und Antriebslosigkeit
- 8 Pfefferminzextrakt für Konzentration und kognitive Leistungsfähigkeit

20 *Mineralstoffe*

- 20 Calcium-Anreicherung
- 44 Pflanzliches, mikroverkapseltes Eisen

22 *PEA Palmitoylethanolamid*

- 22 für Entzündungshemmung und Schmerzstillung

25 *Mikrobiom*

- 25 Darm-Mikrobiota
- 41 Gesunde Darmflora für das Immunsystem

30 *ADHS*

- 30 ohne Nebenwirkungen behandeln

34 *Kollagenpeptide*

- 34 Vorurteile und Aufklärung

37 *Schwangerschaft*

- 37 Der Methylstoffwechsel während der Schwangerschaft

44 *Eisenmangel*

- 44 Therapie mit pflanzlichem, mikroverkapseltem Eisen

46 *Vitiligo - Weißfleckenkrankheit*

- 46 Antioxidantien gegen Vitiligo