

Inhalt

- 6** *Aktuelle Studien*
 - 6 Vitamin B3
 - 7 Pycnogenol^k
 - 9 Matcha-Tee
 - 11 Eisensupplementierung
 - 12 Nahrung und Psyche
 - 14 Curcumin
 - 16 Reizdarm
 - 17 Heidelbeer-Polyphenole
 - 18 Mikroalge *Euglena gracilis* und Schlaf

- 20** *Knochengesundheit*
 - 20 Vegane Ernährung und Knochen

- 22** *Kollagen*
 - 22 Nicht denaturiertes Kollagen Typ II

- 24** *Retardierende Supplements*
 - 24 Verlängerte Wirkstofffreisetzung

- 26** *Pflanzenextrakte*
 - 26 Gesund und leistungsfähig im Alter
 - 38 Astaxanthin für Sportler
 - 43 Grüne Minze und Schlaf

- 33** *Mineralstoffe*
 - 33 Funktionelles Magnesiumcarbonat

- 47** *Vitamin K2*
 - 47 Gesundes Altern

- 53** *Zukunft der Nahrungsergänzung*
 - 53 Der Konsument – heute, morgen und übermorgen

- 59** *Astaxanthin*
 - 59 Körper und Geist in Bestform

- 62** *Schönheit von innen*
 - 62 Pflanzen-Inhaltsstoffe für die Haut

- 64** *Technik*
 - 64 Wirbelschichttechnologie:
Schutzschild für empfindliche Substanzen