

Liebe Patientin, lieber Patient,

wer kennt das nicht: Während der anstrengenden Lebensabschnitte, die ein sehr intensives Engagement in Familie und/oder Beruf verlangen, werden viele Wünsche und Träume auf eine unbestimmte Zeit im Alter verschoben: „Wenn die Kinder größer sind oder im Ruhestand ...“

Ist dieser lang ersehnte Lebensabschnitt mit mehr Freiraum erreicht, fehlt bedauerlicherweise oftmals die Energie, um die eigenen Ziele zu verwirklichen.

Fühlen auch Sie sich häufig erschöpft und abgespannt? Wenn dieser Zustand nicht nach einigen Tagen vorübergeht, sondern anhält, sollten Sie ihn als Warnsignal ihres Körpers ernst nehmen und fachlich abklären lassen.

In vielen Fällen ist der Grund für die anhaltende Erschöpfung ein Mangel an lebenswichtigen Vitalstoffen, oder präziser ausgedrückt ein Vitamin-B-Mangel. Eine ständige Unterversorgung mit B-Vitaminen führt nicht nur zu Leistungseinbußen, sondern kann langfristig ernsthafte chronische Erkrankungen verursachen.

Wie kommt es zur Unterversorgung mit B-Vitaminen?

Erkrankungen aber auch bestimmte Medikamente können zu einer verminderten Vitamin-B-Aufnahme bzw. zu einem erhöhten Verbrauch führen. Manchmal kann ein Medikamentenwechsel sinnvoll sein. Selbstverständlich beeinflussen auch Faktoren unseres Lebensstils (Ernährung, Alkohol, Rauchen, negativer Stress im beruflichen und privaten Umfeld etc.) die Vitamin-B-Versorgung.

Entscheidend bei der Therapie ist es, abzuklären, von welchen B-Vitaminen Sie profitieren, damit Sie Ihren Herausforderungen wieder mit neuer Kraft begegnen können.

Vitamin-B-Vitalisierungskur – Beim Altwerden jung bleiben!

Oftmals ist es sinnvoll, B-Vitamine in Form einer Injektion (Spritze) zu verabreichen. Dies hat den Vorteil, dass der Körper die Vitamine direkt und schnell erhält und es zu keinen Aufnahmeverlusten im Magen-Darm-Trakt kommt. Insbesondere das Trio aus Vitamin B12, B6 und Folsäure ist für einen gesunden Stoffwechsel der Blutgefäße, des Herzens und des Gehirns unerlässlich.

Testen Sie Ihre Energiereserven und Vitamin-B-Versorgung!

Für die Aufdeckung eines Vitamin-B-Mangels sind aufwendige und teure Tests erforderlich.

Erste Hinweise auf eine Unterversorgung mit B-Vitaminen, kann Ihnen folgender Test liefern.

	Ja	Nein
1. Betreiben Sie regelmäßig eine leichte sportliche Betätigung (lange Spaziergänge, Walking, Schwimmen, Gymnastik), oder sogar einen Ausdauersport?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Ernähren Sie sich vorwiegend abwechslungsreich und ausgewogen (Obst, Gemüse, Salat, Vollkornprodukte, Fisch, Fleisch, Milchprodukte)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Sind Sie VegetarierIN?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Essen Sie täglich Obst oder Gemüse?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Empfinden Sie ihre berufliche oder private Situation als anstrengend? Fühlen Sie sich im negativen Sinn „gestresst“?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Leiden Sie an einer chronischen Erkrankung (z. B. Herzleistungsschwäche, Bluthochdruck, Nieren-, Leber- oder Schilddrüsenerkrankung, Magenschleimhautentzündung, Darmerkrankung, Krebs)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Nehmen Sie Medikamente ein (insbesondere Säureblocker, Entwässerungsmittel, Antiepileptika, Zytostatika)?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. Trinken Sie mehr als 2 Tassen Kaffee täglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Trinken Sie, abgesehen von Ausnahmen, nicht mehr als ½ L Bier oder 2 Glas Wein täglich?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Sind Sie NichtraucherIN?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Ihr Alter? Sind Sie über 50 Jahre?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Addieren Sie die roten Felder und lesen Sie ihr Testergebnis auf der Rückseite.	Gesamt	<input type="checkbox"/> =

B-Vitamine – Energie für neue Ziele



Ihr Testergebnis:

■ 6 und mehr rote Kästchen

Zu viele Risikofaktoren...

... gefährden ernsthaft Ihre Vitamin-B-Versorgung. Aufgrund Ihrer Lebensumstände bzw. Lebensweise gehören Sie zu den Menschen, die sehr wahrscheinlich von einer Therapie mit B-Vitaminen (Vitalisierungskur) profitieren. Erkrankungen und Medikamente beeinträchtigen häufig die Versorgung mit lebenswichtigen B-Vitaminen. Auch Rauchen und erhöhter Alkohol- und Kaffeekonsum „stehlen“ unsere Vitalstoffe. Unter diesen Bedingungen kann es vorkommen, dass selbst eine gesunde und ausgewogene Ernährung nicht ausreicht, um den erhöhten Bedarf zu decken. Wenn Sie sich häufig erschöpft und abgespant fühlen, ohne dass Ihr Therapeut eine konkrete Ursache dafür finden konnte, lassen Sie sich über die Möglichkeiten und Chancen einer Vitalisierungskur mit B-Vitaminen* von PASCOE beraten. Viele Faktoren, die Ihre Vitamin-B-Versorgung gefährden, haben Sie selber in der Hand. Versuchen Sie ernsthaft und konsequent, Ihren Lebensstil zu Gunsten Ihrer Vitalität umzustellen.

■ 3 bis 5 rote Kästchen

Sie riskieren...

... permanent eine Unterversorgung mit B-Vitaminen. Sie sollten Ihre Testantworten mit Ihrem Therapeuten besprechen, um Ihren individuellen Vitamin-B-Bedarf abzuklären. Insbesondere wenn Sie emotional und/oder körperlich belastet werden, sollten Sie keinen Mangel an B-Vitaminen riskieren. B-Vitamine verbessern die Stresstoleranz, schützen das Herz und helfen uns, „die Nerven zu behalten“.

■ 1 oder 2 rote Kästchen

Glückwunsch...

...zu Ihrer gesunden Lebensweise! Sollten Sie sich trotzdem über eine längere Zeit erschöpft und antriebslos fühlen, sprechen Sie Ihren Therapeuten an. Der Schnelltest kann nicht alle Möglichkeiten (Erkrankungen, Medikamente etc.) abklären, die auch den Vitamin-B-Haushalt gefährden können. Eventuell profitieren Sie von der gezielten Einzelgabe eines der qualitativ hochwertigen Vitamine* der Firma PASCOE.

*Die Kosten werden leider nicht von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

PASCOE pharmazeutische Präparate GmbH · D-35383 Giessen
Tel. 0641/7960-0 · Fax 0641/7960-123 · info@pascoe.de · www.pascoe.de



PASCOE
NATURMEDIZIN

Weil ich die Wahl habe.