

11. Wenn Sie die Möglichkeit hätten, etwas an *Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃* zu verändern, was wäre das?

10. Welche Vitamine, Mineralien, Spurenelemente sollten zusätzlich in *Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃* enthalten sein?

9. Was gefällt Ihnen an *Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃* weniger gut?

Ernährungsinformation

Alsifemin® **Klima-Soja plus Calcium-D₃** NAHRUNGSERGÄNZUNG

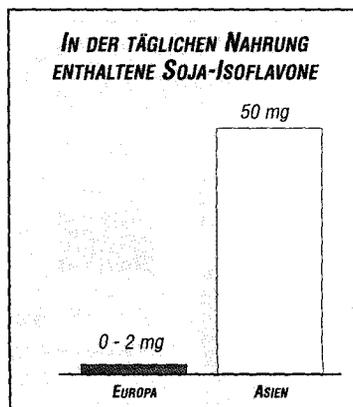
Die Wechseljahre – einem natürlichen Umstellungsprozess des weiblichen Körpers richtig begegnen.

Die Wechseljahre sind ein natürlicher Umstellungsprozess des weiblichen Körpers. Lästige Hitzewallungen und gelegentliche Schweißausbrüche sind unangenehme Begleiterscheinungen dieser Umstellungsphase. Zusätzlich geht mit dem Rückgang der körpereigenen Hormonproduktion ein langsamer Abbau der Knochensubstanz einher. Es besteht daher in und nach diesem Lebensabschnitt häufig ein erhöhter Bedarf an Calcium.

Die ernährungsphysiologisch abgestimmte Kombination von *Alsifemin®* mit Soja-Isoflavonen plus Calcium 600 und Vitamin D₃ ergänzt sinnvoll eine calciumarme Ernährung (z.B. wenn zu wenig Milchprodukte verzehrt werden).

Untersuchungen haben gezeigt, dass die unangenehmen Begleiterscheinungen der Wechseljahre (Hitzewallungen, Schweißausbrüche) nicht bei jeder Frau gleich ausgeprägt sind und sich auch von Land zu Land unterscheiden. So sind diese Beschwerden vor allem in asiatischen Ländern kaum bekannt und nur gering ausgeprägt.

Ernährungswissenschaftliche Studien führen dies auch auf einen Unterschied in der Ernährung zurück. So wird in asiatischen Ländern im Vergleich zu Europa (s. Tabelle) ein Vielfaches mehr an Soja verzehrt. Soja ist die Pflanze, aus der die Isoflavone gewonnen werden. Diesen Soja-Isoflavonen wird der Unterschied im Wohlbefinden während der Wechseljahre zugeschrieben.



Neben den Soja-Isoflavonen enthält *Alsifemin®* Calcium 600 und Vitamin D₃ sowie weitere wichtige Nährstoffe.

Mit der Umstellung der Hormonproduktion in den Wechseljahren wird vermehrt Knochensubstanz abgebaut. Diesem Prozess kann durch eine geeignete Lebens- und Ernährungsweise entgegengewirkt werden, insbesondere durch viel Bewegung und das Meiden von Genussgiften. Ein entscheidender Faktor ist auch eine ausreichende Calciumaufnahme mit der Nahrung. Wünschenswert ist eine Calciumaufnahme von ca. 1.000 mg. Falls eine ausreichende Calciumaufnahme über die Ernährung nicht gewährleistet ist, kann durch *Alsifemin®* die Calciumzufuhr ergänzt werden.

NAHRUNGSERGÄNZUNG
Klima-Soja plus Calcium-D₃

Alsifemin®

Ernährungsinformation

9. Was gefällt Ihnen an Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ weniger gut?

.....

10. Welche Vitamine, Mineralien, Spurenelemente sollten zusätzlich in Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ enthalten sein?

.....

11. Wenn Sie die Möglichkeit hätten, etwas an Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ zu verändern, was wäre das?

.....

12. Was bevorzugen Sie?

- Es sollte lieber ein Mittel geben, das man über den Tag verteilt nehmen kann.
 - Es sollte lieber ein Mittel geben, das man nur 1 x täglich nehmen muss.
- Ich bevorzuge: Kapseln Tabletten Gutschmeckende Flüssigkeiten

13. Wie wichtig sind Ihnen folgende Eigenschaften bei Wechseljahresprodukten?

- Enthält zugleich alle wesentlichen Vitamine, Mineralien etc., die man täglich braucht
- Hat eine zuverlässige Wirkung 24 Stunden lang
- Gibt es nur in der Apotheke
- Ist überall erhältlich
- Bekanntes Mittel
- Gibt es nur im Reformhaus
- Vom Apotheker empfohlen
- Rein pflanzlich/natürlich
- Vom Reformhaus empfohlen
- Schnelle Wirkung
- Altbewährtes Mittel
- Lang anhaltende Wirkung
- Viel Informationen auf der Packung / dem Beipackzettel

14. Welches Präparat haben Sie bis jetzt für die Wechseljahre eingenommen?

- keines
 - folgendes Präparat
-

Vielen Dank für die Beantwortung der Fragen.

Nun bitten wir Sie noch um Ihre Adresse. (bitte Druckbuchstaben)

Ihr Geburtsdatum..... Ihr Name.....

Ihre Anschrift

.....

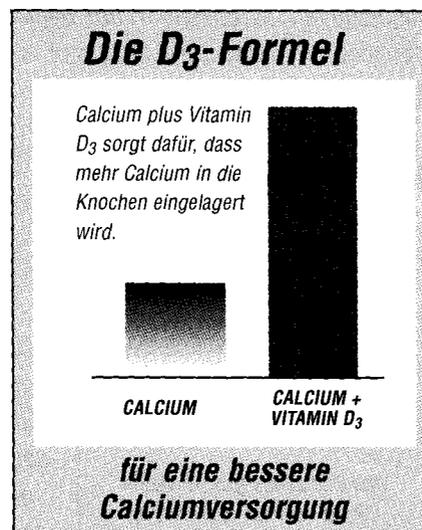
Sind Sie an der Zusendung weiterer Informationen interessiert? ja nein

Sie können uns Ihre Antworten zufaxen oder - bitte ausreichend frankiert - zuschicken:

**ALSITAN GmbH, Abt. Marktforschung,
Am Bühl 16-18, 86926 Greifenberg, Fax: 08192/7827, Tel.: 08192/9301-0**

Ein weiterer wichtiger Faktor ist das Vitamin D₃. Vitamin D₃ fördert die Calciumaufnahme über den Darm und die Einlagerung von Calcium in den Knochen. Vitamin D₃ ist sozusagen der Schlüssel, der dem Calcium die Tür zum Knochen öffnet. Vitamin D₃ wird im Körper auch selbst produziert, allerdings nur bei genügend Sonnenlicht. Für Frauen, die sich wenig im Freien aufhalten, ist häufig eine Nahrungsergänzung mit Vitamin D₃ sinnvoll.

- Vitamin B6, B12 und Folsäure können einen ungünstigen Homocysteinspiegel beeinflussen – ein erhöhter Homocysteinspiegel ist ein Risikofaktor für die Gesundheit
- Die Kombination aus Folsäure und Zink ist gut für die körpereigenen Abwehrkräfte
- Vitamin K ist am Aufbau des Knocheneiweißes beteiligt
- Das Spurenelement Mangan wirkt am Knochenstoffwechsel mit
- Fluorid ist ein Bestandteil der Knochen und unterstützt die Knochenstabilität



Inhaltsstoffe pro Tablette:

Sojaextrakt	125 mg	Vitamin K1	65 µg
darin enthalten Soja-Isoflavone	50 mg	Folsäure	400 µg
Calcium	600 mg	Zink	5 mg
Vitamin D ₃	5 µg	Mangan	1 mg
Vitamin B6	3 mg	Fluorid	0,3 mg
Vitamin B12	3 µg		

Nährwertangaben:	pro 100 g	pro Tablette	
Brennwert:	178,35 kJ (42,84 kcal)	3,58 kJ (0,86 kcal)	100 g Δ 0,78 BE
Eiweiß:	0,65 g	0,013 g	1 Tablette Δ
Kohlenhydrate:	9,36 g	0,188 g	0,016 BE
Fett:	0,60 g	0,012 g	

Verzehrsempfehlung:

Empfohlen wird der Verzehr von 1 Tablette täglich zum Essen mit viel Flüssigkeit ($\frac{1}{4}$ Liter).

Hinweis: Personen, die Mittel zur Hemmung der Blutgerinnung einnehmen, wie z.B. Phenprocoumon oder Warfarin (enthalten z.B. in Marcumar oder Coumadin), sollen ihren Arzt über den Verzehr von Vitamin K, wie in Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ enthalten, informieren, da Vitamin K die Wirkung dieser Mittel abschwächen kann.

ALSITAN GmbH • D-86926 Greifenberg • <http://www.alsitan.com>



Ihre Meinung ist uns wichtig!

Höchste Qualität und die Weiterentwicklung unserer Präparate stehen für uns an oberster Stelle. Damit wir unsere Produkte noch besser an Ihre spezifischen Bedürfnisse anpassen können, benötigen wir Ihre Meinung. Bitte nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit für die Beantwortung unserer Fragen. Das Porto von 0,55 € erhalten Sie natürlich zurück. Dass wir Ihre Angaben vertraulich behandeln und nicht an Dritte weitergeben ist selbstverständlich.

1. **Wodurch sind Sie auf Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ aufmerksam gemacht worden?**

Werbung in Zeitschriften/Illustrierten

Hinweis: Personen, die unter zur Kenntnis nehmen, dass Phenprocoumon oder Warfarin (enthalten z.B. in Marcumar oder Coumadin), sollten nicht über den Verzehr von Vitamin K, wie in Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ enthalten, informieren, da Vitamin K die Wirkung dieser Mittel abschwächen kann.

12880-26 17 SD 0409

ALSITAN GmbH • D-86926 Greifenberg • <http://www.alsitan.com>



Ihre Meinung ist uns wichtig!

Höchste Qualität und die Weiterentwicklung unserer Präparate stehen für uns an oberster Stelle. Damit wir unsere Produkte noch besser an Ihre spezifischen Bedürfnisse anpassen können, benötigen wir Ihre Meinung. Bitte nehmen Sie sich ein paar Minuten Zeit für die Beantwortung unserer Fragen. Das Porto von 0,55 € erhalten Sie natürlich zurück. Dass wir Ihre Angaben vertraulich behandeln und nicht an Dritte weitergeben ist selbstverständlich.

1. Wodurch sind Sie auf Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ aufmerksam gemacht worden?

- Werbung in Zeitschriften/Illustrierten
- Empfehlung von Verwandten/Bekanntem/Freunden
- Empfehlung der Apotheke
- Werbung in Kundenzeitschriften aus der Apotheke
- Sonstiges

2. Wie gut haben Ihnen Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ insgesamt geholfen, wie zufrieden waren Sie damit?

- Sehr zufrieden
- Weniger zufrieden
- Zufrieden
- Gar nicht zufrieden

3. Wie lange nehmen Sie Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ bereits zu sich?

- 1 Woche
- 3 Monate
- 6 -12 Monate
- 1 Monat
- 4 Monate
- Länger
- 2 Monate
- 5 Monate
- Sonstiges

4. Wie häufig nehmen Sie Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃?

- Täglich
- Mehrmals im Monat
- Mehrmals die Woche
- Regelmäßig
- Einmal die Woche
- Immer nur, wenn die Beschwerden da sind
- Sonstiges

5. Wann nehmen Sie Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ ein?

- Morgens
- Mittags
- Abends

6. Aus welchen Gründen nehmen Sie Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ hauptsächlich ein?

- Macht allgemein vitaler
- Unterstützt die Blasenfunktion
- Reduziert Gelenkbeschwerden
- Hilft bei Herzklopfen
- Verbessert die Konzentration
- Wirkt insgesamt ausgleichend in den Wechseljahren
- Beruhigt bei Nervosität und Gereiztheit
- Ist positiv für den Cholesterinspiegel
- Hilft bei Schlafstörungen
- Unterstützt die Knochengesundheit
- Strafft das Bindegewebe
- Reduziert Spannungsgefühl in der Brust
- Macht körperlich und geistig leistungsfähiger
- Hilft bei leichten depressiven Verstimmungen
- Reduziert Hitzewallungen und Schweißausbrüche
- Sonstiges.....
- Hilft bei Stress und Erschöpfungszuständen
- Aktiviert den Stoffwechsel

7. Wann sind die Beschwerden besonders unangenehm?

- Tagsüber
- Nachts
- Sonstiges

8. Was gefällt Ihnen an Alsifemin® Klima-Soja plus Calcium-D₃ besonders gut?

.....

bitte wenden