

# NEPROSPORT® Produkte

Die natürliche Aktivpflege für Muskulatur und Haut mit hochwertigen pflanzlichen Inhaltsstoffen

**Bewährte Kräuter** verleihen den Nepro Sport® Produkten ihre wohltuende Wirkung. Zur Sicherung höchster gleichbleibender Qualität wird ausschließlich eigens geprüftes Pflanzenmaterial verwendet.

## NeproSport® Grün

Massage-Creme

Ist eine neu konzipierte Creme zur Optimierung des Massageeffekts.

NeproSport® Grün Massage-Creme wird vor und nach dem Sport gleichmäßig auf die Haut aufgetragen und sorgfältig einmassiert.

NeproSport® Grün besitzt eine sehr gute Gleitfähigkeit ohne zu fetten.

**Inhaltsstoffe:** Alpen-Heublumen-Mikrossole, Rosmarinöl, Wacholderbeeröl, Nelkenöl, Verbenaöl, Litseaöl, Weizenprotein, Glycerin. Sonstige Bestandteile: Wasser, Kokosöl, Erdnussöl, Zitronenöl, Chlorophyll, emulgierender Cetylstearylalkohol.

Erstmals werden **Alpen-Heublumen-Mikrossole**, ein neues Forschungsprodukt für eine optimierte Tiefenwirkung, mit höchstkonzentrierten ätherischen Pflanzenölen kombiniert.

Alpen-Heublumen-Mikrossole stellen eine optimale Kombination von Inhaltsstoffen bewährter Kräuter mit einem neuen Prinzip der Hautpflege dar.

**Mikrossole** sind ultrafeine, Haut und Gewebe besonders leicht durchdringende Liposome mit Carrier-Funktion für die optimale Resorption von Inhaltsstoffen. Ihre Herstellung gelingt nur mit Hilfe modernster Verarbeitungsverfahren. Das Lipidgemisch, aus dem sich die Hüllen der Mikrossole aufbauen, wird aus natürlichen Rohstoffen gewonnen. Da ein großer Teil dieser Lipide auch in den Hautzellen und den interzellulären Räumen der Hornschicht vorkommt, werden Mikrossole dazu verwendet, Inhaltsstoffe gleichsam im „Huckepack-Verfahren“ besonders tief in die Haut einzuschleusen und sie dort depotartig zu speichern. Nur auf diese Weise wird eine besonders intensive und anhaltende Wirkung erreicht. Darüber hinaus tragen die Mikrosol-Lipide selbst dazu bei, die natürliche Regenerationsfähigkeit der Haut zu unterstützen und die schützenden Lipidmembranen in den oberen Hautschichten zu erhalten.

Mikrossole fördern so die natürliche, feuchtigkeitsbindende Eigenschaft der Haut. Dies führt zu einem angenehmen, glatten und weichen Hautgefühl.

Für die Alpen-Heublumen-Mikrossole werden Heublumen von unbewirtschafteten Gebirgswiesen gesammelt. Ohne Düngung und Belastung mit chemischen Schadstoffen entwickeln sich an solchen naturbelassenen Standorten besonders hochwertige Kräuter.

In Hochlagen wachsende Pflanzen sind vielfältigen Witterungseinflüssen ausgesetzt, was zu sehr widerstandsfähigen inhalts-

stoffreichen Arten führt. Bei den Alpen-Heublumen lässt sich das an ihrem typisch starken Geruch sofort erkennen.

Die wichtigsten Inhaltsstoffe der Alpen-Heublumen sind ätherische Öle, Flavonoide, Cumarin, Schleimstoffe und Gerbstoffe.

Durch den Einsatz der neu entwickelten Mikrossole als Träger für die bioaktiven Substanzen der Alpen-Heublumen wird die optimale Aufnahme der wertvollen und wohltuenden Inhaltsstoffe in die Haut mit der die Hautfunktion unterstützenden Wirkung der Mikrossole ideal kombiniert.

Das in NeproSport® Grün Massage-Creme verwendete **Weizenprotein** wird durch ein schonendes Verfahren aus dem Mehlkörper des Weizenkorns auf spezielle Weise extrahiert, so dass die natürliche Struktur erhalten bleibt. Das Weizenprotein bildet beim Auftragen auf die Haut ein feines und gut haftendes Netzwerk, das einen regulierenden Einfluss auf die Funktion der Haut als Schutzbarriere vor Mikroorganismen und Schadstoffen ausübt. Da dieses Netzwerk sowohl Wasser als auch fettende Stoffe aufnehmen und dosiert wieder freisetzen kann, reguliert es die Wasserabgabe der Haut nachhaltig. Die Haut wird somit geschmeidiger und fühlt sich zart an. Darüber hinaus ist das Weizenprotein durch die Netzwerkstruktur in der Lage, schädliche Umwelteinflüsse, wie z.B. Smog oder Abgase, auf die Hautoberfläche zu reduzieren.

Auch **Glycerin** verhindert das Austrocknen und fördert eine glatte, geschmeidige Haut.

## NeproSport® Blau

kühlendes Gel

entfaltet aufgrund seiner Zusammensetzung in Verbindung mit einer ethanolischen Gelgrundlage einen angenehm kühlenden Effekt.

Es erfrischt und belebt während und nach dem Sport und beugt Ermüdungserscheinungen vor.

NeproSport® Blau Gel wird gleichmäßig aufgetragen und sanft einmassiert.

**Inhaltsstoffe:** Fichtennadel-Franzbranntwein, Steinklee-Extrakt, Menthol, Aloe Vera Gel, Glycerin.

Sonstige Bestandteile: Ethanol 96 %, PVM/MA Decadiene Crosspolymer, Natriumhydroxidlösung, natürliches ätherisches Öl, Guajazulen.

Als **Fichtennadel-Franzbranntwein** wird eine ethanolische Lösung des ätherischen Öls der Nadeln verschiedener Fichten-, Kiefern- und Tannenarten bezeichnet.

Wichtiger Inhaltsstoff im **Steinklee** ist das Cumarin, dem frisches Heu seinen angenehmen Duft verdankt.

Das **Menthol** aus dem ätherischen Öl der Pfefferminze erzeugt ein erfrischendes Kältegefühl auf der Haut.

**Aloe Vera Gel** wird aus dem wasser-

speichernden Gewebe der Blätter von Aloe vera durch Auspressen gewonnen. Es vermag tiefen Hautschichten dauerhaft Feuchtigkeit zuzuführen.

Glycerin verhindert das Austrocknen. Dadurch wird die Haut glatt und geschmeidig.

## NeproSport® Rot

wärmende Creme

erzeugt durch wohldosierte Inhaltsstoffe ein spürbares mildes Wärmegefühl auf der Haut. Dies unterstützt die Aufwärmphase vor sportlicher Betätigung. NeproSport® Rot Creme wird gleichmäßig aufgetragen und zur Verstärkung der Wirkung einmassiert.

Um einen gleichbleibenden Effekt zu gewährleisten, sollte die Creme nicht über mehrere Wochen hinweg täglich angewendet werden.

**Inhaltsstoffe:** Spanisch-Pfeffer-Früchteextrakt, Wintergrünöl, Rosmarinöl, Kampher, Aloe Vera Gel, Glycerin.

Sonstige Bestandteile: Wasser, Kokosöl, emulgierender Cetylstearylalkohol.

**Spanisch-Pfeffer-Früchteextrakt** wird aus reifen Früchten des Cayennepfeffers gewonnen. Die enthaltenen Scharfstoffe bewirken, je nachdem in welcher Konzentration der Extrakt in einer Zubereitung zur äußeren Anwendung enthalten ist, eine mehr oder weniger starke Erwärmung des betreffenden Gebietes.

In NeproSport® Rot Creme ist die Konzentration des Extraktes so gewählt, dass sich zusammen mit Wintergrünöl, Rosmarinöl und Kampher ein angenehm mildes Wärmegefühl einstellt.

Die pflegenden Wirkungen von Aloe Vera Gel und Glycerin sind bei NeproSport® Blau Gel beschrieben.

## Nepro Sport® Kombi

erst kühlende dann wärmende Creme

führt kurz nach dem Auftragen zunächst zu einer belebenden und erfrischenden Kühlung. Danach entsteht ein mildes Wärmegefühl.

Mit NeproSport® Kombi Creme lässt sich in der Regenerationsphase nach dem Sport angenehme Erfrischung mit nachhaltigem Wärmen der Muskeln verbinden.

NeproSport® Kombi Creme wird gleichmäßig aufgetragen und zur Verstärkung der Wirkung einmassiert.

**Inhaltsstoffe:** Wintergrünöl, Rosmarinöl, Kampher, Eucalyptusöl, Melissenöl, Menthol, Aloe Vera Gel, Glycerin.

Sonstige Bestandteile: Wasser, Kokosöl, emulgierender Cetylstearylalkohol.

Angaben zur wärmenden Wirkung von Wintergrünöl, Rosmarinöl und Kampher finden sich bei NeproSport® Rot Creme.

Der kühlende Effekt von Menthol sowie die pflegenden Wirkungen von Aloe Vera Gel und Glycerin sind bei Nepro Sport® Blau Gel beschrieben.

Die **dermatologische Testung** der Nepro Sport®-Produkte bestätigt ihre sehr gute Verträglichkeit.

Die NeproSport®-Produkte dürfen nicht angewendet werden:

- Auf offenen Verletzungen
- Auf großen Flächen geschädigter Haut oder auf Schleimhäuten
- Bei Kleinkindern
- Bei Überempfindlichkeit gegen einen der Inhaltsstoffe

#### **Hinweis:**

Nach der Anwendung eines Nepro Sport®-Produkts sind die Hände grundsätzlich sorgfältig zu waschen, damit keine Reste der Zubereitung in die Augen oder auf die Schleimhäute gelangen können.

#### **Handelsformen:**

Alle NeproSport®-Produkte sind erhältlich in Tuben zu 100 ml.

## **Allgemeine Informationen zu Sportverletzungen, Vorbeugung und Regeneration**

Sport gehört in unserer Gesellschaft in zunehmendem Maße zur Freizeitgestaltung. Die Folge dieser an sich begrüßenswerten Entwicklung ist eine beachtliche Zunahme an Sportverletzungen. Im Regelfall dauert es eine gewisse Zeit, bevor bei einer akuten Verletzung eine Versorgung durch einen Arzt vorgenommen werden kann. Eine richtige und schnelle Sofortbehandlung kann aber eine Ausheilung um Tage oder sogar Wochen verkürzen. Es ist deshalb von besonderer Bedeutung, die Ersthilfemaßnahmen zu kennen.

Die am häufigsten auftretenden Unfallverletzungen sind Knochenbrüche, Verstauchungen, Zerrungen, Verrenkungen und Prellungen.

#### **Erstmaßnahmen bei akuten Sportverletzungen**

Bei Knochenbrüchen ist vor allem eine ruhige Lagerung des Patienten wichtig, eventuell mit hochgelegten Beinen, um den Kreislauf zu stabilisieren. Keinesfalls darf ein Bruch gekühlt werden. Alle anderen genannten Verletzungen sollten nach dem „PECH“-Schema versorgt werden.

Es bedeuten:

#### **P - Pause,**

also eine sofortige Unterbrechung der sportlichen Tätigkeit.

#### **E - Eis.**

Durch starke Kühlung verengen sich die Gefäße. Sie werden undurchlässiger für Flüssigkeit, wodurch einer entstehenden Schwellung entgegengewirkt wird. Darüber hinaus werden die Schmerzrezeptoren der Haut blockiert, die schmerzauslösenden Nervenimpulse werden herabgesetzt und infolgedessen lässt der Schmerz nach. Durch die Senkung der Temperatur des Gewebes wird gleichzeitig die Bildung schmerz- und entzündungsverursachender Stoffe gehemmt. Verwendet werden Eissprays oder zerkleinertes Eis. Vor dessen Aufbringen sollte die Haut mit einem Lappen oder ähnlichem abgedeckt werden, um Erfrierungen zu vermeiden.

#### **C - Compression.**

Es empfiehlt sich eine leichte Compression, die mit Hilfe einer elastischen Binde erreicht wird. Nach ca. 30 Minuten,

während denen ständig weitergekühlt wird, sollte der Druckverband kurz gelöst werden, um das gesamte Gebiet ca. 2 bis 3 Minuten durchbluten zu lassen.

Danach wird der Compressionsverband unter weiterer Kühlung mit Eiswasser oder Eisspray wieder angelegt. In dieser Phase kann auch bereits ein kühlendes Sportgel verwendet werden.

#### **H - Hochlagerung.**

Sie sollte für ca. 12 bis 24 Stunden durchgeführt werden und bewirkt eine Minderdurchblutung des verletzten Gebietes sowie eine Verbesserung des venösen Rückstromes. Die Schwellung nimmt dadurch schneller ab. Thermosalben bewirken eine vermehrte Durchblutung des Gewebes und dürfen in der Akutphase einer Verletzung niemals angewendet werden. Erst wenn Schwellungen abgeklungen sind, kann man mit Wärmebehandlung beginnen, durch die entzündungshemmende und Bluterguss abbauende Stoffe aufgrund der gesteigerten Blutzufuhr besser den Ort des Geschehens erreichen. Dadurch wird die Heilung beschleunigt.

#### **Die Behandlung chronischer Sportverletzungen**

Neben akuten Verletzungen gibt es eine Reihe von Überlastungsbeschwerden, die auftreten können, wenn sich gleiche Bewegungsabläufe regelmäßig wiederholen. Hier wären z. B. Tennisellenbogen, Leistenzerrung, Knieschmerzen, Achillessehnenprobleme, Sehnenscheidenentzündung und Gelenkverschleiß (Arthrose) zu nennen. Auch in diesen Fällen ist im allgemeinen ein Arztbesuch anzuraten.

Generell zu empfehlen ist eine Ruhigstellung bzw. Schonung über einen angemessenen langen Zeitraum.

Lediglich bei Gelenkverschleiß ist eine gemäßigte regelmäßige Bewegung angezeigt. Sie bedingt eine bessere Versorgung der Knorpelsubstanz mit Nährstoffen, wodurch die Abnutzung gebremst wird.

Die bei Tennisellenbogen, Achillessehnenproblemen und Sehnenscheidenentzündungen auftretenden Schmerzen sowie Knieschmerzen, die durch Überlastungen oder Knorpelschäden entstehen, lassen sich durch Kältebehandlung, z. B. mit kühlenden Gelen, lindern. Bei der Leistenzerrung liegt die Verletzung hingegen zu

tief im Beckenbereich. Deshalb kann nur ein fachmännisch angelegter Verband über Oberschenkel und Becken für Entlastung sorgen.

#### **Vorbeugung hilft Schäden vermeiden**

Die meisten Sportverletzungen sind vermeidbar. Wichtigste Vorbeugungsmaßnahme ist dabei das Aufwärmen.

Laufen und Springen, Gymnastik und Dehnübungen führen zu einer gesteigerten Durchblutung des Organismus, einen Anstieg der Körpertemperatur und erhöhtem Stoffwechsel. Gleichzeitig verbessert sich die Funktion von Muskeln, Sehnen und Bändern.

Das Aufwärmen sollte etwa 10 bis 20 Minuten lang dauern. Es kann durch die Anwendung mild wärmender Cremes sinnvoll unterstützt werden.

Kräftiges Einmassieren von Massagecremes verbessert den Effekt der Dehnungsübungen.

#### **Wann Kälte bei Sportverletzungen angewendet werden sollte**

Aufgrund ihrer schmerzstillenden und abschwellenden Wirkung ist die Kältebehandlung bei akuten oder chronisch entzündlichen Erkrankungen angezeigt. Sie dient als Sofortmaßnahme bei Verstauchungen, Muskel- und Bänderzerrungen, Verrenkungen, Muskelfaserrissen, Muskel- und Sehnenrissen, Prellungen und Quetschungen.

Ebenso wird sie bei Überlastungsschäden wie Tennisellenbogen, Achillessehnenproblemen, Sehnenscheidenentzündungen und Knieschmerzen eingesetzt.

#### **Wann Wärme bei Sportverletzungen angewendet werden sollte**

Beschwerden, die durch schmerzhafte Muskelverspannungen und Muskelkater entstehen, lassen sich durch Wärme zusehends bessern. Wesentliche Einsatzmöglichkeiten sind darüber hinaus Erkrankungen, die ohne Entzündung ablaufen. Heilungsprozesse nach Prellungen, Verstauchungen und Muskelzerrungen können beschleunigt werden. Blutergüsse lösen sich zudem schneller auf. Allerdings müssen vor der Anwendung von Wärme die bei akuten Verletzungen auftretenden Entzündungen und Schwellungen abgeklungen sein.

