

Nahrungsergänzungsmittel mit Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren, Magnesium und Zink

Heutzutage werden an Kinder vor allem mit Beginn der Schulzeit hohe Anforderungen in Bezug auf die Lern- und Konzentrationsfähigkeit gestellt. Sie erleben deshalb immer öfter auch Anspannung und Alltagsstress. Unkonzentriertheit und geringe Ausdauer können die Folge sein.

Konzentriert?

Konzentration ist die Fähigkeit, sich innerlich zu sammeln und seine körperlichen und geistigen Kräfte auf ein bestimmtes Ziel hin zu lenken. Unkonzentrierte Kinder haben Probleme, ihre Aufmerksamkeit zielgerichtet einzusetzen und dies über einen bestimmten Zeitraum durchzuhalten. Sie sind leicht ablenkbar oder unruhig, wirken zerstreut, erledigen Aufgaben flüchtig und vergessen leicht etwas.

Fachleute unterscheiden zwischen Konzentrationsstörungen und Konzentrationsschwäche:

- Konzentrationsstörungen sind die am meisten verbreitete Form des Konzentrationsmangels. Sie lassen sich zum Beispiel durch eine ausgewogene Ernährung, die reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren ist, positiv beeinflussen.
- Von Konzentrationsschwäche sollte nur nach einer genauen medizinischen oder psychologischen Diagnose gesprochen werden. Sie besteht dann, wenn aufgrund anlagebedingter oder früh erworbener Schäden die Konzentrationsfähigkeit bzw. die Konzentrationsleistung ständig unter einer Mindestgrenze liegen. Eine Konzentrationsschwäche lässt sich nicht durch eine Nahrungsergänzung beeinflussen.

Omega-Fettsäuren – wichtige Bausteine für das Nervensystem

Aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse weisen auf sehr positive Effekte einer Nahrungsergänzung mit natürlichen, mehrfach ungesättigten Fettsäuren (Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren) bei Lern- und Konzentrationsstörungen von Kindern hin.

ESPRICO® wurde aufgrund dieser Untersuchungen speziell für die Ernährungsbedürfnisse von Kindern ab dem 5. Lebensjahr entwickelt. Die fruchtige Kaukapsel enthält in ausgewogener Mischung reines Seefischöl mit den wertvollen Omega-3-Fettsäuren EPA und DHA und natürliches pflanzliches Nachtkerzenöl, das reich an Gamma-Linolensäure (Omega-6-Fettsäure) ist. Dadurch ist

ESPRICO® besonders reich an mehrfach ungesättigten Fettsäuren, die für unser Nervensystem so wichtig sind. Zusätzlich sind noch die Mineralstoffe Magnesium und Zink enthalten, die ebenfalls wichtig für eine optimale Gehirnfunktion sind.

Was sind essentielle Fettsäuren?

Das menschliche Gehirn besteht zu etwa 60% aus Fetten. Die unter anderem zur Bildung der Nervenzellen notwendigen mehrfach ungesättigten Fettsäuren (Omega-Fettsäuren) kann der Körper aber nicht selbst herstellen. Sie sind daher für den Menschen essentiell (lebensnotwendig) und müssen mit der Nahrung aufgenommen werden.

Omega-Fettsäuren spielen eine wesentliche Rolle für die frühe Gehirnentwicklung, die optimale Signalübertragung im Gehirn und damit für die Hirn- und Gedächtnisleistung. Auch für die Funktion der Augen sind sie unerlässlich.

Die Versorgung mit Omega-Fettsäuren verbessern

Einseitige Ernährung oder unstetiges Essverhalten kann leicht zu einem Ungleichgewicht in der Zufuhr von Fettsäuren mit der Nahrung führen. Ein Ungleichgewicht im Fettsäurestoffwechsel unseres Körpers ist die Folge. Durch den Verzehr von Fisch (zum Beispiel Thunfisch, Makrele, Lachs und Hering), verschiedenen Pflanzenölen und grünem Gemüse können dem Körper diese Fettsäuren zugeführt werden. Zusätzlich kann der Organismus durch den Verzehr von ESPRICO® hier unterstützt werden, um optimal für die täglichen Anforderungen gerüstet zu sein.

ESPRICO® – die tägliche Nahrungsergänzung

Verzehrempfehlung:

Empfehlenswert für Kinder ab 5 Jahren ist es, täglich 4 Kapseln zu verzehren. Die fruchtigen Kaukapseln können je nach Vorliebe direkt zerkaut oder mit etwas Flüssigkeit verzehrt werden. Am besten sollten je 2 Kaukapseln ESPRICO® morgens und abends direkt vor einer Mahlzeit verzehrt werden.

Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass eine Gabe von mindestens 12 Wochen sinnvoll ist, damit das Verhältnis der Fettsäuren im Fettsäurestoffwechsel ausgeglichen werden kann. Nach dieser Zeit sollte der

Fettsäurehaushalt optimiert sein. Bei Bedarf kann **ESPRICO** auch über einen längeren Zeitraum als 12 Wochen verzehrt werden. Die tägliche empfohlene Verzehrsmenge kann dann schrittweise auf 2 Kapseln täglich reduziert werden.

Was bewirken die einzelnen Inhaltsstoffe in **ESPRICO**®?

Omega-3-EPA (Eicosapentaensäure)	Wird für viele Funktionen des Stoffwechsels benötigt und spielt bei der Informationsweitergabe von Zelle zu Zelle eine Rolle.
Omega-3-DHA (Docosahexaensäure)	Hat wichtige Stoffwechselfunktionen und ist Bestandteil von Nervenzell-Membranen. Sie spielt für die Gehirnentwicklung eine wichtige Rolle.
Omega-6-GLA (Gamma-Linolensäure)	Ist am Aufbau des Gehirns und dessen Funktionen wie Lernen, Gedächtnis, Konzentration und Aufmerksamkeit beteiligt.
Magnesium	Reguliert die Reizübertragung im Gehirn.
Zink	Ist an der Signalübertragung zwischen den Nerven beteiligt und wichtiger Co-Faktor im Stoffwechsel der Fettsäuren.

ESPRICO® – höchste Qualität ist eine Selbstverständlichkeit

- Reines und schonend weiterverarbeitetes Seefischöl, gewonnen aus Fischen des südlichen Atlantik
- Kalt gepresstes, reines pflanzliches Nachtkerzenöl als Quelle für Gamma-Linolensäure
- Alle Öle werden streng auf Schwermetalle und andere Schadstoffe geprüft

ESPRICO® ist frei von:

- Aspartam (Süßstoff)
- Glutamaten (Geschmacksverstärker)
- Phthalaten (Weichmacher)
- Gluten (Klebereiweiß)
- Konservierungsstoffen

Wann sollte **ESPRICO**® nicht verzehrt werden?

Bei Allergien gegen Fisch

ESPRICO® – ein hochwertiges Produkt richtig aufbewahren

Da Fettsäuren sehr licht- und wärmeempfindlich sind, sollten die Kapseln, am besten immer in der Faltschachtel, kühl und trocken gelagert werden.

Was kann man zusätzlich tun, um sich optimal mit wichtigen Nährstoffen zu versorgen und die Zufuhr an wertvollen Omega-Fettsäuren zu verbessern?

Mit der richtigen Ernährung das Nervensystem sinnvoll unterstützen:

- Verzehr von fetten Kaltwasserfischen, wie z. B.: Thunfisch, Makrele, Lachs und Hering ohne Öl oder Marinade mindestens zweimal in der Woche.
- Gesättigte Fettsäuren (Transfette) in Form von Pommes frites, Plätzchen und Schokoaufstrich meiden.
- Den Anteil an Weißmehlprodukten und Zucker an der Ernährung minimieren.
- Ausreichend Obst und Gemüse sollten auf dem Speiseplan stehen.

ESPRICO® gibt es in den Packungsgrößen **ESPRICO**®-60 Kapseln und **ESPRICO**®-120 Kapseln

Haben Sie noch Fragen?

Wir sind unter 06101/539-300 gerne für Sie da. Oder schicken Sie uns Ihre Frage an esprico@engelhard-am.de.

Weitere Informationen sowie Übungen zu Konzentration und Aufmerksamkeit finden Sie auf unserer Homepage www.esprico.de

Stand der Information
März 2007



ENGELHARD
ARZNEIMITTEL

Ihr Partner für die Gesundheit

Hersteller / Vertrieb
Engelhard Arzneimittel GmbH & Co.KG
Herzbergstr. 3
61138 Niederdorfelden
Telefon: 06101/539-300
Telefax: 06101/539-315
Internet: www.engelhard-am.de
e-mail: info@engelhard-am.de

Stand: 03/07; PB1600700

40012258-01
19501/6589