

ESPRICO®

Omega-3-
Fettsäuren

Omega-6-
Fettsäuren

Magnesium

Zink

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.

Was ist Konzentration?

Konzentration ist die Fähigkeit, sich innerlich zu sammeln und alle Kräfte auf ein bestimmtes Ziel zu lenken. Störungen werden ausgeblendet.

Für den Schulalltag bedeutet das: die Fähigkeit, einem Lernstoff eine Zeit lang ungeteilte Aufmerksamkeit zu schenken.

Die Anforderungen an die Kinder werden immer höher. Informationsflut und äußere Reize, die Eltern und Kinder nicht beeinflussen können, nehmen stetig zu.

Unkonzentrierte Kinder können ihre Aufmerksamkeit nur sehr schwer zielgerichtet einsetzen. Sie lassen sich leicht ablenken und schweifen gerne mit Ihren Gedanken ab, weil sie so viele Eindrücke gleichzeitig verarbeiten müssen. Sie sind unruhig, zerstreut, machen Flüchtigkeitsfehler und vergessen leicht etwas.

Ein **Konzentrationsmangel** ist eine vorübergehende Schwierigkeit. Zeitweiliges unkonzentriertes Verhalten kann viele Ursachen haben: u.a. Unter- oder Überforderung, mangelnde Bewegung, unausgewogene Ernährung, zu viel Zeit vor dem Fernseher oder Computer. Doch Konzentrationsmängel müssen nicht hingenommen werden. Durch gezielte Trainingsprogramme lässt sich hier viel bewirken. Außerdem kann eine Umstellung der Ernährung einen positiven Effekt zeigen.

Omega-Fettsäuren – wichtige Bausteine für das Nervensystem

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

ESPRICO® wurde aufgrund dieser Untersuchungen für die Ernährungsbedürfnisse von Kindern ab 5 Jahren 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?

Essentielle Fettsäuren sind wichtigster Bestandteil unseres Gehirns. 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 unstetes 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 Hering, Thunfisch, Makrele und Lachs), 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 morgens und abends jeweils 2 Kapseln zu verzehren. Die fruchtigen Kaukapseln können je nach Vorliebe direkt zerkaut oder mit etwas Flüssigkeit verzehrt werden. Darüber hinaus kann der Kapselinhalt auch direkt auf einen Löffel ausgedrückt oder in eine andere Speise eingerührt werden.

Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt, dass ein Verzehr 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 Verzehrmenge kann dann auf 2 Kapseln täglich reduziert werden.

Eine Kapsel ESPRICO® enthält 185 mg Xylit entspr. 0,015 BE. Beim Verzehr von 1 Kapsel ESPRICO® werden 3 Kilo-Kalorien (kcal) bzw. 13 Kilo-Joule (kJ) zugeführt.

Eine Kapsel ESPRICO® enthält 258 mg Fett; 96 mg Eiweiß und 185 mg Kohlenhydrate.

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, 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 eine der Zutaten wie z.B. Fisch oder Nachtkerze sollte ESPRICO® nicht verzehrt werden.

Was ist noch zu beachten?

Kann bei übermäßigem Verzehr abführend wirken.

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.: Hering, Thunfisch, Makrele, Lachs, ohne Öl oder Marinade mindestens zweimal in der Woche.
- Gesättigte Fettsäuren und Trans-Fettsäuren in Form von Pommes frites, Plätzchen und Schokoaufstrich meiden.
- Den Anteil an Weißmehlprodukten und Zucker an der Ernährung minimieren.
- Ausreichend Obst und Gemüse auf den Speiseplan bringen.

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

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

Stand der Information
Juli 2008



ENGELHARD
ARZNEIMITTEL
Ihr Partner für die Gesundheit

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

40012258-03 19501/6999

Stand: 07/08; PB1600702