



EINE GUTE MISCHUNG – FIT SEIN IM ALTER

Kombinieren Sie hochwertige Aminosäuren mit Omega-3-Fettsäuren!

Aminosäuren sind die biologischen Baustoffe für alle Struktur- und Funktionsproteine in unserem Körper. Jede Erkrankung, aber auch das Alter geht mit einem Abbau dieser Proteine einher. Das führt zu einem fortschreitenden Muskelverlust, der den ganzen Körper und den Stoffwechsel in Mitleidenschaft zieht.

Deswegen ist eine ausreichende Eiweiß-/Proteinzufuhr über die Ernährung so wichtig – zudem besteht im Alter ein höherer Bedarf als durchschnittlich empfohlen wird.

BESTFORM enthält neben Vitaminen und Spurenelementen alle essentiellen Aminosäuren und hilft dabei, eine ausgewogene, eiweißreiche Ernährung auch im Alter zu ermöglichen.

UNSERE EMPFEHLUNG

Zusätzlich zur üblichen Ernährung 2 mal am Tag je 1 ½ bis 2 Esslöffel BESTFORM, eingerührt in z. B. 200 ml Milch oder ein anderes Molkereiprodukt oder auch in einen Sojadrink.

Mit zunehmendem Alter kommt es häufig zu einer Sehschwäche, die durch eine so genannte trockene Makuladegeneration verursacht wird. Augenärzte empfehlen, jeden Tag eine ausreichende Menge an Omega-3-Fettsäuren zu verzehren, um dieser häufig auftretenden Sehstörung, die bislang medikamentös nicht behandelbar ist, auf einfache Art entgegen zu setzen. Abgesehen von Seefischen gehört Leinöl mit zu den besten Lieferanten von Omega-3-Fettsäuren. Zwei Esslöffel Leinöl entsprechen den Empfehlungen.

DIE GUTE MISCHUNG

1 EL Leinöl in einen BESTFORM-Shake einrühren und mit zwei Shakes pro Tag für mehr Gesundheit sorgen.

INSUMED