



## **B-Vitamine und geistige Gesundheit – Anti-Aging mit Mikronährstoffen ist wissenschaftlich belegt und praxisnah**

Von *Navitum*

Erstellt am 3 Jul 2013 - 08:20

Für die optimale körperliche und geistige Leistungsfähigkeit und Gesundheit braucht unser Körper täglich viele Mikronährstoffe aus der Gruppe der Vitamine und Spurenelemente. Jedoch wird gerade mit zunehmendem Alter immer häufiger beobachtet, dass die Versorgung mit diesen Mikronährstoffen nicht mehr optimal ist. Das hat auch die von der Bundesregierung geförderte nationale Verzehrstudie deutlich gemacht. Gerade ältere Menschen sind stark gefährdet, mit lebenswichtigen Mikronährstoffen unterversorgt zu sein. Die Folge: Die Blutspiegel der entsprechenden Vitamine und Spurenelemente fallen, oxidativer Stress und schädliche Stoffwechselprodukte wie das Homocystein können Überhand nehmen. Das wirkt sich auch negativ auf die geistige Leistungsfähigkeit und den Immunstatus der betroffenen Menschen aus. Demenz und häufige Infektionen können die Folge sein. Eine frühzeitige ernährungsphysiologische Vorsorge mit Mikronährstoffen wie in MemoVitum® Tabletten erscheint angebracht.

Was kann man also tun, um auch im Alter möglichst lange geistig fit und gesund zu bleiben. Eine der möglichen Maßnahmen kommt aus der Ernährungsforschung und sorgt für eine Optimierung des Versorgungsstatus mit Mikronährstoffen. Es ist jedoch leider eine Illusion anzunehmen, dass sich ältere Menschen immer ausreichend mit frischem Obst und Gemüse ernähren würden, um ihren Versorgungsstatus mit Mikronährstoffen zu gewährleisten oder gar zu optimieren. Die ergänzende Einnahme von speziellen Präparaten mit Mikronährstoffen ist daher bei dieser Altersgruppe zwangsläufig geboten, zumal eine Reihe von Studien zeigen, dass die geistige Leistungsfähigkeit durch die aktive Einnahme von Vitaminen und Spurenelementen gefördert wird. Es kann sogar das altersbedingte Schrumpfen des Gehirns verzögert werden, wie Forscher von der renommierten Universität Oxford an einer Gruppe älterer Menschen zeigen konnten. Die Forscher verabreichten den Studienteilnehmern ein Cocktail aus B-Vitaminen und beobachteten ihre Gehirnfunktion und die geistige Leistungsfähigkeit im Vergleich zu der Gruppe von Teilnehmern, die keine B-Vitamine erhielten. Sowohl die geistige Leistungsfähigkeit wie auch das Gehirnvolumen verhielten sich unter den B-Vitaminen besser als in der Vergleichsgruppe. Den Beweis für die Wirksamkeit der ergänzenden Einnahme von Mikronährstoffen hatten Forscher der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aus Kanada bereits vor einigen Jahren angetreten. Sie konnten zeigen, dass die Gedächtnisleistung durch gezielte Einnahme bestimmter Mikronährstoffe verbesserbar ist! Ältere Menschen, die ein Jahr lang einen Cocktail aus bestimmten Vitaminen, Spurenelementen und Mineralstoffen verzehrten, zeigten eine deutlich bessere geistige Leistungsfähigkeit als solche, die das nicht taten. Die Forscher schlossen daraus, dass durch die gezielte Einnahme von insgesamt 18 wichtigen Mikronährstoffen der Eintritt der Alzheimer Demenz verzögert werden kann und die geistige Vitalität erhalten bleibt. Zwischenzeitlich wurden diese grundlegenden Ergebnisse durch andere Studiengruppen bestätigt und verstärkt. Navitum Pharma hat auf Basis dieser zukunftsweisenden Forschungsergebnisse ein Präparat unter dem Namen MemoVitum® entwickelt, das genau die von den Forschern eingesetzten 18 Mikronährstoffe enthält und zur Vorsorge im Alter geeignet ist. MemoVitum® wird von Ärzten zur Vorbeugung von altersbedingten Gedächtnisstörungen und Demenz empfohlen. Auch stehen für die Vorsorge günstige 3- und 6-Monatspackungen zur sinnvollen längerfristigen Anwendung des Präparates zur Verfügung. MemoVitum® Tabletten können über Apotheken, auch Internet-Apotheken, direkt bei Navitum Pharma oder jetzt auch über Amazon unter [http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp\\_merch\\_name\\_1](http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1) [1] bezogen werden.

Quelle: de Jager CA et al. Int J Geriatr Psychiatry. 2011 Jul 21. doi: 10.1002/gps.2758. [Epub ahead of print]; RK Chandra Nutrition 2001; 17(9):709-12

Navitum Pharma GmbH

Tel: 0611-58939458

FAX: 0611-18843741

E-Mail: [bestellung@navitum.de](mailto:bestellung@navitum.de) [2]

Web: [www.navitum-pharma.com](http://www.navitum-pharma.com) [3]



facebook: <http://facebook.de/navitum> [4]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

**Quellen URL (aufgerufen am 12 Apr 2021 - 01:27):** <https://www.medcom24.de/node/17894>

**Links:**

[1] [http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp\\_merch\\_name\\_1](http://www.amazon.de/shops/A2589KXRMH9JGY/ref=olp_merch_name_1)

[2] <mailto:bestellung@navitum.de>

[3] <http://www.navitum-pharma.com>

[4] <http://facebook.de/navitum>