

Wohlstands- Wehwehchen

Ursachen
Folgen
Heilung



DEPESCHE
JANUAR
2 0 2 3
0 0 2 / 0 2 3

...der Mensch ist, was er isst!





...die Wohlstands-Wehwehchen der „ Großen“ und

Dem Altern kann man leider nicht entkommen, gesund Altwerden ist jedoch möglich. Sieht man viel älter oder jünger aus als das Biologische Alter es uns anzeigt, so ist dies nicht nur eine Frage der Genetik. Insbesondere der Lebensstil hat einen großen Einfluss wie alt man sich fühlt und auch aussieht. Wir haben nachfolgend jene erwiesenen Ursachen aufgelistet die oxidativen Stress im Körper verursachen.

deren unliebsamen Ursachen ** La Doce Vita **

ALKOHOL

Regelmäßiger Alkoholkonsum - hier sprechen wir nicht von einem „Kater“ oder einem „Trinkgelage“ - erhöht und beschleunigt enorm das Risiko von Krankheiten. Im fortgeschrittenen Alter kann das sogar Alzheimer, Krebs und Herzerkrankungen auslösen, auch die biologische Alterung auf Zellebene vorantreiben.

RAUCHEN

Rauchen schädigt erwiesenermaßen die Produktion von Kollagen (Strukturprotein). Diese sind verantwortlich, die Haut gesund und elastisch zu erhalten. Mit zunehmendem Alter produziert unser Körper naturgemäß weniger Kollagen, Grund dessen wird die Haut zunehmend schlaff und faltig. Rauchen beschleunigt diesen Prozess zusätzlich, was zu einer vorzeitigen Hautalterung führt.

UNAUSGEWOGENE ERNÄHRUNG

Vitalstoffarme Ernährung, übermäßiger Konsum von Zucker, kann ebenfalls oxidativen Stress in unserem Körper verursachen. Ungesunde Ernährung mit Softdrinks, Fast Food, Süßigkeiten und Snacks etc., macht dick, krank, depressiv. Sie können der Hauptfaktor für vermeidbare Krankheiten mit Todesfolge sein. Bluthochdruck, Übergewicht sind hauptsächlich auf ungesunde Ernährung zurückzuführen. Sie zählen heutzutage zu den größten globalen Risikofaktoren für chronische Erkrankungen. Menschen mit schlechter Ernährung sind eher fettleibig und können häufiger Frakturen und Muskelzerrungen haben.

STÄNDIGER STRESS

Eine ständige psychische Belastung schadet nicht nur der Gesundheit sondern beschleunigt auch den Alterungsprozess. Wenn der Körper ständig unter sehr hoher Anspannung steht, produziert er automatisch gewebsschädigende Oxidantien die wiederum die Faltenbildung beschleunigen. Menschen, die chronisch gestresst sind, weisen zudem kürzere Telomere auf. Sie sind die Schutzkappen an den Chromosomen-Enden unserer Zellen. Mit jeder Zellteilung werden die Telomere kürzer und sind irgendwann so kurz, dass die Zelle abstirbt. Telomerverkürzung ist einer der primären Mechanismen für Alterung, Krankheit und Tod.

WENIG SCHLAF

Menschen die schlecht schlafen haben erhöhte Hautalterungseffekte wie Falten, ungleichmäßige Pigmentierung und eine schlaffere Haut. Die zunehmende Müdigkeit mit den Folgen: man bewegt sich weniger, ernährt sich schlechter, es entsteht ein Schlafmangel der wiederum verstärkt die Lust auf Süßes und viel Kaffee hervorruft. Kurzfristig jedoch verleiht Zucker und Koffein einen unnatürlichen Energieschub. Lässt dieser nach, fällt man in ein tiefes „Energiefloch“. Energy-Drinks sind das Beste, negative Beispiel hierfür.

KÖRPERLICHE INAKTIVITÄT

Sport und Bewegung sind in vielerlei Hinsicht gut für den Körper. Regelmäßiges Training beugt nicht nur Herzkrankheiten vor, es senkt zugleich das Risiko eines Schlaganfalls, fördert den Stoffwechsel, stärkt Muskeln sowie Knochen und verbessert die Durchblutung. So weit so verlockend: Nur fällt es vielen Menschen schwer, den inneren „Schweinehund“ zu überwinden und sich aufzuraffen. Die Weltgesundheitsorganisation WHO empfiehlt pro Woche mindestens 2,5 Stunden körperliche Aktivitäten,

und zwar so, dass man dabei außer Atem oder ins Schwitzen kommt.

ZU WENIG OBST UND GEMÜSE

Das Essen hat einen erheblichen Einfluss auf die Lebenserwartung. Das belegen zahlreiche Untersuchungen. Bezeichnend sind Gebiete wie die japanische Insel Okinawa oder die italienische Insel Sardinien, wo auffallend viele Menschen überdurchschnittlich alt werden. Ein Grund dafür liegt in der Ernährung: Das Essen dieser Bewohner ist zum Großteil fleischlos und sehr abwechslungs- sowie nährstoffreich. Viel Fisch gehört ebenfalls dazu, viel frisches Obst und Gemüse, dafür wenig Zucker und Weizen. Natürlich sind Ernährungsgewohnheiten immer auch abhängig von regionalen Bräuchen und vor allem dem vorhandenen Angebot. An gesunder Kost mangelt es aber auch in unseren Breiten nicht, daher sollten sie auch zum Speiseplan gehören: Wer nicht wenigstens einmal täglich Obst oder Gemüse konsumiert, büßt zwischen 1- 2 Lebensjahre ein.





***„Wohlstands-Wehwehchen“
sind keine ernsthaften
Krankheiten, sie aber
außer acht lassen,
könnte ernsthafte
Folgen haben!***

Was raten unsere Experten >>>>>>>>>>



Gerda Kraxner-Güssing
Dipl.-Pädagogin
Kinesiologin- Energetikerin

Der Mensch ist was er isst!

Ich möchte Ihnen nicht den Appetit verderben und die Lust am Essen nehmen, mit der Erläuterung zahlreicher ernährungsbedingter Zivilisationskrankheiten, wie Gicht, Zuckerkrankheit, Leberschaden, Rheuma oder Herzinfarkt. Vielmehr durch Aufklärung dazu beitragen, dass Sie sich gesund ernähren.

Ist gar die altbekannte Ernährungslehre schuld an den ernährungsbedingten Zivilisationskrankheiten? Im vorigen Jahrhundert wusste man zum Glück noch nichts von den Kalorien wie dem Eiweiß, Fett und den Kohlenhydraten. Die Menschen waren so lange gesund, so lange sie essen konnten was der Bauer erzeugte. Bis sich die Ernährungslehre breit machte. Man ging dazu über, alle Nahrungsmittel chemisch aufzubereiten, um sie auf ihre einzelnen Bestandteile untersuchen zu können. Das war der Anfang des Übels. Dabei ergab sich, dass diese nur aus drei Grundnährstoffen bestehen: Auf die drei Grundnährstoffe: Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate legte man sich fest, als gebe es keine weiteren.

Rechtzeitig jedoch erkannte man, dass außer den drei Grundnährstoffen noch Mineralien, wie Kalium, Calcium, Natrium, Eisen, Magnesium und vor allem Vitamine wichtig für eine gesunde Ernährung sind. Heute bemisst man den Wert einer Nahrung nicht mehr nach ihrem Gehalt an Kalorien und Nährstoffen, sondern nach ihrer Lebendigkeit und Natürlichkeit. Wer sich auf natürliche Lebensmittel konzentriert, muss sich nicht mehr ausschließlich um Kalorien und den Gehalt an Fett, Eiweiß und Kohlenhydraten kümmern.

In der naturbelassenen Nahrung sind alle Nährstoffe, auch die wichtigen biologischen Wirkstoffe enthalten, die im Organismus für die Aufnahme und Verwertung der Nahrung notwendig sind. Eine ausgewogene Ernährung muss daher an oberster Stufe stehen, denn nur dadurch erhält der Körper all die Nährstoffe aus den vielen verschiedenen Lebensmitteln, die er braucht.

Fazit: Zu einer ausgewogenen Ernährung gehören nach dem derzeitigen Stand der Wissenschaft die Makronährstoffe Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate.

Die Mischkost versorgt den Körper optimal mit lebenswichtiger Energie. Die Nährstoffe werden im Verdauungstrakt aufgespalten und finden über das Blut ihren Weg in die Zellen, wo sie verbraucht werden.

Ganz einfach gesagt, eine Ernährung ist ausgewogen, wenn man über den Tag verteilt alle Nährstoffe durch die Nahrung aufnimmt, die der Körper benötigt.

Zusätzlich ist eine stressfreie und positive Einstellung zum Leben, vorrangig zu sich selbst, eine wesentliche Unterstützung für die Gesundheit.



Dr. med. Stefan Hammer
Arzt für Allgemeinmedizin-
Umwelt- und Energiemedizin

Energie steht am Anfang allen Lebens!

NADH ist unverzichtbar für einen gesunden Körper. Als Coenzym 1 bezeichnet, ist es bei über 1.000 Stoffwechselprozessen in jeder Zelle unseres Körpers beteiligt und ermöglicht erst, dass Enzyme überhaupt wirksam werden können.

Es stellt quasi den Brennstoff jeder Zelle dar. Ohne NADH kann keine Energie bereitgestellt werden. Dadurch erscheint auch die Wichtigkeit dieser Molekülverbindung eindeutig zu sein.

NADH benötigen wir für die zelluläre Entwicklung und die Energieproduktion. Es ist notwendig, um Energie aus der Nahrung zu produzieren. NADH ist auch der hauptsächliche Elektronentransporteur in den energieproduzierenden Prozessen der Zellen. NADH ist ein wichtiges Antioxidans. Die Wissenschaft bestätigt, dass NADH das stärkste Antioxidans ist, das den Körper vor Schäden durch freie Radikale schützt. NADH wird auch kurz als Vitamin B3, Niacin oder Nikotinamid bezeichnet.

NADH als Vitamin gesehen ist lebensnotwendig und wird von den Zellen aller Gewebe im Körper zur Energiebereitstellung benötigt. Zwar kommt es natürlicherweise in der Nahrung vor, aber durch Kochen, also dem Erhitzen von Nahrungsstoffen, gehen NADH Moleküle zugrunde und es kommt so automatisch zu einem Mangel über die Ernährung. Deshalb sollte man vermehrt, vor allem regelmäßig, dem Körper NADH mittels Nahrungsergänzung zuführen, damit die Energiebalance aufrecht bleibt. Energiemangel bedeutet Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Antriebs- und Lustlosigkeit.

Wer NADH einnimmt ist tatsächlich zu mehr Leistungen fähig. Die Anstrengungen gegen eine immer wiederkehrende Müdigkeit müssen nicht mehr geleistet werden. Viel Rauchen und Kaffee trinken, in der Hoffnung dadurch mehr Energie zu bekommen, ist der falsche Ansatz. Geradezu das Gegenteil tritt ein. Man erzeugt dadurch ein Vielfaches an freien Radikalen und stört enorm das ohnehin gestörte Gleichgewicht im Nervensystem und den Regelmechanismen.

Die Folge: Es werden dem Körper verkrampft noch mehr an „Giftstoffen“ zugeführt mit der Folge, von einer weiteren Enttäuschung über eine dauerhafte Energieerschöpfung die in den Zellen passiert, abzulenken!

Rauchern, denen ich NADH empfohlen habe, waren geradezu erstaunt über die spontane Wirkkraft dieses Naturstoffes. Der Energieschub war vielen ein Rätsel und so kam es auch, dass ich es bei all meinen Rauch-Frei-Seminaren regelmäßig zur Empfehlung brachte. Der Erfolg konnte sich zeigen.



Prof. Hademar Bankhofer

Medizinjournalist

„Mr. Gesundheit“

Im Grunde genommen kommt es nur auf die Maßnahmen an die wir einleiten müssen, um möglichst lange geistig und körperlich aktiv, aber auch gesund zu bleiben. Und dafür ist NADH Nicotinamid-Adenin-Dinukleotid-Hydrat, Coenzym 1 von lebenswichtiger Notwendigkeit. Wenden wir uns zuerst der Energie-Produktion im Körper zu.

Jeder von uns weiß, dass wir aus der aufgenommenen Nahrung Energie tanken können. Doch was viele bisher nicht wussten: Dieser Vorgang wird erst durch das Eingreifen von NADH möglich. Es arbeitet dabei eng mit den Kraftwerken – den Mitochondrien - in unseren Zellen zusammen. NADH erzeugt in den Mitochondrien unter Mitwirkung von Enzymen den Stoff ATP. Er fungiert als Abgabestelle von Energie.

Wird viel Energie angefragt und gebraucht, wird auch ATP abgebaut, muss daher von NADH wieder aufgebaut werden. Dieser Kreislauf muss Tag und Nacht reibungslos funktionieren, denn wir benötigen auch nachts, im Schlaf, Energie. Da müssen ja unsere „Batterien“ neu aufgeladen werden, damit wir am nächsten Morgen voll fit in den Tag gehen können. Man kann sich allerdings vorstellen, wie intensiv in den Mitochondrien-Kraftwerken von NADH über ATP, Energie erzeugt wird, weil sie einfach gebraucht wird. Der Bedarf ist enorm hoch. Wenn wir beispielsweise eine langanhaltende schwere körperliche oder geistige Aufgabe erfüllen müssen oder wenn wir Sport betreiben, aber auch überschwänglich feiern. Ist zu wenig NADH in den Zellen des Körpers, dann sieht es traurig aus, was die vorhandene Energie betrifft. Man kann deshalb mit gutem Gewissen sagen: NADH ist der einzig wahre Energielieferant.

NADH stärkt und schützt alle unsere wichtigen Organe, insbesondere Herz, Hirn, Leber. Wenn in diesen Organen etwa Zellen geschädigt wurden, dann kann NADH sie reparieren. Das bedeutet, dass Coenzym 1 vor einer Reihe von Krankheiten schützen kann. Die meisten Zellschädigungen geschehen durch den Angriff von freien Radikalen, hochaggressiven Schadstoffen aus der Umwelt, aber auch aus dem körpereigenen Stoffwechselgeschehen. Sicher haben Sie sich auch schon gefragt: Warum nisten sich Gifte und andere schädlich Stoffe die wir täglich aufnehmen im Bauchfett und im Gehirn besonders gern ein? Die Antwort ist ganz einfach: Nicht nur der „Bauchring“ ist nahezu pures Fett, auch unser Gehirn besteht zu 70 Prozent aus Fett. Und Fett bindet Giftstoffe. Sie fühlen sich im Fett eingebettet besonders wohl. Doch während sie im Bauchfett keinen Schaden anrichten können solange sie dort ruhen, wird das Gehirn sehr wohl geschädigt.

Fazit: Es müssen die Gifte und Schadstoffe so rasch wie möglich aus dem Gehirn entfernt werden. Dabei ist man auf eine neue, geniale Lösung gestoßen: Das ist die Kombination von *NADH funktionell kombiniert mit der Chlorella Süßwasseralge* (GNP-NADH-Lutschpastille).



**...wir helfen Ihnen
gesund zu bleiben!**

www.gesundlebenshop.at - www.gesundlebenshop.de

*Alle Informationen über unser breites
GNP-NADH Sortiment sowie den
Bestellshop, finden Sie auf unseren
Websites:*

**www.gesundlebenshop.at
www.gesundlebenshop.de
www.innova-swiss.com**

...ein Besuch lohnt sich!



**...alles
wird gut!**

www.innova-swiss.com



*Täglich NADH
und auch Sie machen
wieder Luftsprünge!*



Über uns

Die Aktiengesellschaft **GNP GLOBAL NATURE PRODUCTS ASSOCIATION INC.** wurde im Jahre 2005 in OREGON/USA gegründet. Ein Jahr später wurde die gleichnamige, selbständige Zweigniederlassung für Europa in Gleisdorf/Österreich eröffnet.

Was macht unseren Erfolg aus?

GNP steht für die garantierte Echtheit der Produkte. Alle GNP-NADH Produkte (Nahrungsergänzungsmittel) für Europa/USA/Asien und V.A.E., lässt GNP/USA in patentrechtlich geschützter Formel und Eigenmarke auf Lizenzbasis ausschließlich in Österreich produzieren. Funktionell kombinierte NADH Produkte (NADH mit anderen Wirkstoffen kombiniert) sind seit Jahren der absoluten Verkaufsschlager, da sie problembezogen wirken.

Sicherheit der NADH-Produkte!

Alle GNP NADH-Lutschpastillen und Tabletten sind zum Schutz gegen Luftfeuchtigkeit diffusionsdicht in Blister verpackt.

Geprüfte und verkehrsfähige NADH Produkte

Die von GNP/USA-EUROPA exklusiv mit Ärzten, Biologen und auch Ernährungsberatern, gemeinsam mit Prof. Hademar Bankhofer entwickelten NADH-Produkte, sind von der österreichischen Agentur für Lebensmittelsicherheit „AGES“ bzw. von der Technischen Universität/Graz – Prof. Dr. Werner Pfannhauser, nach den Richtlinien der EUROPEAN HEALTH CLAIMS REGULATIONS geprüft und als verkehrsfähig – Free Sales Certificate (FSC) – bescheinigt. Sie besitzen die Apoteken PZN (Pharmazentralnummer).

Empfehlungen

Unsere NADH-Produkte werden bis dato von über 2.000 Ärzten, Therapeuten, Heilpraktiker, Ernährungsberater empfohlen und es werden laufend mehr!

NADH tut allen Menschen gut und kennt keine Grenzen!



GNP OREGON/USA



GNP/GLEISDORF/ÖSTERREICH



INNOVA-SWISS AG/ZUG/SCHWEIZ



Generalvertrieb: Europa, Asien, V.A.E., Afrika
GNP GLOBAL NATURE PRODUCTS ASSOCIATION INC.
A-8200 Gleisdorf/Österreich, Florianiplatz 12
E-Mail: office@gnp-international.com

© Copyright, all rights by: GNP/USA/EUROPE