



## Vitamine

### Sind Sie ausreichend versorgt?

Sehr geehrte(r) Herr Michael,

sagt Ihnen der Name Brubacher etwas? Prof. Dr. Georg B. Brubacher-Herzog (1922-2015) war ein chemischer Querdenker in der Vitaminabteilung von Roche. Er widmete sein Leben der Vitaminforschung. Er entwickelte die Vitaminanalytik zu einem leistungsstarken Präzisionsinstrument für Tier- und Humanstudien. Eine der interessantesten Entdeckungen die dieser Pionier machte, war die **sechs Stadien eines Vitaminmangels**. Obwohl diese Entdeckung einen Nobelpreis verdient, ist sie erstaunlicherweise relativ unbekannt. Sie sollte große Folgen für die empfohlenen Tagesmengen für Vitamine haben, hatte es jedoch nicht. Der Grund dafür lässt sich erahnen....

### Wie gut ist die empfohlene Tagesmenge für Vitamine?

Prof. Brubacher hat die sechs Stadien eines Vitaminmangels im Detail beschrieben. Ich möchte nur ein Datum seiner Forschungsarbeit hervorheben, das mich noch immer schockiert. Im sechsten und letzten Stadium eines Vitaminmangels sind die Folgen irreversibel. Dieses Stadium endet mit dem Tod. Das fünfte und vorletzte Stadium ist das Stadium, in dem die Folgen noch repariert werden können. Nehmen wir zum Beispiel Vitamin C, vielleicht das wichtigste aller Vitamine. Obwohl es noch vier frühere Mangelstadien gibt, werden erst im fünften Stadium die Folgen eines Vitamin C-Mangels recht deutlich. Wir kennen sie als Skorbut, die von den alten Seglern gefürchtete und oft tödliche Krankheit.

### Und jetzt...halten Sie sich fest...

Halten Sie sich fest, denn jetzt kommt was mich schockiert. Wussten Sie, dass die offiziell empfohlene Tagesmenge für Vitamin C nur ein wenig mehr ist, als die Menge, die Skorbut und einen Abstieg zum sechsten Stadium verhindert? Mit echter Gesundheit hat diese Empfehlung nichts zu tun! Daher auch meine Empfehlung: **Versorgen Sie sich mit ausreichenden Mengen Vitamin C** (oder besser noch, nehmen Sie das patentierte **Ester-C®**, die dritte Generation Vitamin C).

Bitte bleiben Sie gesund und gehen Sie liebevoll mit sich um.  
Ihr Gerd Schaller

---

## Vitamin C (Ester-C®)

# Das wichtigste aller Vitamine

Vitamin C ist eines der wichtigsten Vitamine für Ihre Gesundheit, wenn nicht das wichtigste. Es ist beteiligt an einer Vielzahl von gesundheitsfördernden Funktionen, denn Vitamin C trägt

- zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei (auch während und nach intensiver körperlicher Betätigung)
- dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen
- zu einem normalen Energiestoffwechsel bei
- zur Verringerung von Müdigkeit und Ermüdung bei
- zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Knochen bei
- zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Knorpelfunktion bei
- zu einer normalen Funktion des Nervensystems bei
- zur normalen psychischen Funktion bei
- zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Blutgefäße bei
- zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Haut bei
- zu einer normalen Kollagenbildung für eine normale Funktion der Zähne und des Zahnfleisches bei
- zur Regeneration der reduzierten Form von Vitamin E bei
- Vitamin C erhöht die Eisenaufnahme

## Wieviel Vitamin C sollte ich nehmen?

Der Bedarf an Vitamin C ist pro Person sehr unterschiedlich. Er ist von Faktoren wie Geschlecht, Körpergewicht, Gesundheitszustand, Stressfaktoren und vor allem der Effizienz von Enzymsystemen abhängig. Es ist daher unmöglich einen Standardwert für jede Person festzulegen. Die sechs Stadien nach Brubacher machen jedoch klar, dass eine Unterversorgung häufig vorkommt. Andere Forscher kamen zu ähnlichen Ergebnissen. So fand Vitamin C-Experte Irwin Stone heraus, dass die Tagesempfehlung für Menschen pro Kilogramm Körpergewicht um 300-mal niedriger ist als die für Tiere.

Der orthopädische Chirurg Robert Cathcart, der Vitamin C (in Form von in Wasser gelöster Ascorbinsäure) mit viel Erfolg bei seinen Patienten angewendet hat, entwickelte die Darmtoleranzmethode. Cathcart beobachtete, dass der Stuhl dünn wird, wenn die Körpergewebe mit Vitamin C gesättigt sind. Unter normalen Umständen ist dies vielleicht bei etwa 4-15 Gramm pro Tag der Fall. Bei einer leichten Erkältung entsteht ein dünner Stuhl erst zwischen 30-60 Gramm, bei einer schweren Erkältung zwischen 60-100 Gramm und bei einer Grippe zwischen 100-150 Gramm pro Tag. **Die Absorptionrate erhöhte sich nach Bedarf.** Übrigens sollte man solche Mengen natürlich nie auf leeren Magen einnehmen.

## Ester-C®: Die dritte Generation Vitamin C

Die "alte" Ascorbinsäure kann für Menschen mit einem empfindlichen Magen zu sauer sein. **Ester-C® ist viel mehr als nur eine Alternative**, denn es hat verschiedene Vorteile gegenüber anderen Formen von Vitamin C. Dies wird deutlich, wenn wir uns die Entwicklung von Vitamin C anschauen.

Mit der zweiten Generation wird die nicht-saure Form von Vitamin C bezeichnet (Ascorbat, ein Salz der Ascorbinsäure). Ester-C® ist die dritte Generation: eine einzigartige, patentierte und magenfreundliche Form von Vitamin C, wobei Calciumascorbat (die 2. Generation Vitamin C) mit einigen ebenfalls nicht-sauren Metaboliten (Zwischenprodukte des Zellstoffwechsels) der Ascorbinsäure ergänzt ist. **Diese Metabolite, sowie das Calcium-Salz der L-Threoninsäure, tragen dazu bei, dass Vitamin C von Geweben**

**besser aufgenommen und genutzt wird.** Dazu enthält Ester-C® auch synergistische Bioflavonoide. Ester-C® ist daher die bessere Wahl.

## Die Vorteile von Ester-C®

Ester-C® hat verschiedene Vorteile:

- Nicht sauer: Durch seine pH-Neutralität ist Ester-C® in Form von Calciumascorbat deutlich magenfreundlicher.
- Schnellere Aufnahme
- Bleibt länger im Blut
- Patentierter Rohstoff: Ester-C®
- Ester-C® gilt als dritte Generation von Vitamin C: Calciumascorbat mit Vitamin-C-Metaboliten und Zitrusbioflavonoiden.
- Calciumascorbat ist das Calciumsalz der Ascorbinsäure
- Für Vegetarier und Veganer geeignet

**Fazit: Vitamin C ist an vielen Funktionen Ihres Körpers beteiligt und ist vielleicht das wichtigste aller Vitamine. Es ist oft unterdosiert.**

**Ester-C®, die dritte Generation Vitamin C, ist die bessere Wahl: Es ist nicht sauer, wird schnell aufgenommen und bleibt länger im Blut als herkömmliches Vitamin C.**

Sind Sie interessiert an mehr Informationen über diesen Wirkstoff und dessen Wirkung? [Hier geht es weiter »](https://commarketingag.createsend1.com/t/j-l-mlttijk-olyvvp-y/)

Früher erschienene Gesundheitsbriefe finden Sie in unserem [Archiv](http://www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheitsbriefe/) unter [www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheitsbriefe/](http://www.schallers-gesundheitsbriefe.de/archiv-der-gesundheitsbriefe/).

Es ist nicht Zweck unserer Webseiten, Ihnen medizinischen Rat zu geben, Diagnosen zu stellen oder Sie davon abzuhalten, zu Ihrem Arzt zu gehen. In der Medizin gibt es keine Methoden, die zu 100% funktionieren. Wir können deshalb - wie auch alle anderen auf dem Gebiet der Gesundheit Praktizierenden - keine Heilversprechen geben. Sie sollten Informationen aus unserem Seiten niemals als alleinige Quelle für gesundheitsbezogene Entscheidungen verwenden. Bei gesundheitlichen Beschwerden fragen Sie einen anerkannten Therapeuten, Ihren Arzt oder Apotheker. Bei Erkrankungen von Tieren konsultieren Sie einen Tierarzt oder einen Tierheilpraktiker. Die Artikel und Aufsätze unserer Seiten werden ohne direkte medizinisch-redaktionelle Begleitung und Kontrolle bereitgestellt. Nehmen Sie bitte niemals Medikamente (Heilkräuter eingeschlossen) ohne Absprache mit Ihrem Therapeuten, Arzt oder Apotheker ein.

Weitere Informationen unter [Vitalstoff-Journal.de](http://Vitalstoff-Journal.de).

© 2019 Com Marketing AG. Alle Rechte vorbehalten.

Schallers Gesundheitsbriefe  
Com Marketing AG, Flüelistraße 13, 6072 Schweiz