

Übersicht und Tageskosten Nahrungsergänzung

Stand: 25.09.2018

Produkt	Kosten je T/K	Anz. T/K	Tageskosten	Dosis je T/K	Bereich/Alterungsfaktoren nach Burgerstein
Life Force Multiple	0,180	4	0,72	lt. Beschreibung (ca. 1000 mg)	Multivitamine/Mineralien - Grundversorgung Alterungsfaktor 1: Freie Radikale Alterungsfaktor 5: Immunsystem
C-1000	0,114	2	0,23	1000 mg	Vitamin C/Bioflavonoide - Grundversorgung Alterungsfaktor 1: Freie Radikale Alterungsfaktor 5: Immunsystem
<u>D3 10.000 IE</u>	0,087	0,5	0,04	10.000 IE D3 = 250 µg	D3 Grundversorgung Alterungsfaktor 2: Hormone Alterungsfaktor 3: Zellschutz Alterungsfaktor 5: Immunsystem
K2	0,064	3	0,19	100 µg K2., 300 mg Alfalfa	Blutgerinnung/Knochenmetabolismus Alterungsfaktor 1: Freie Radikale
Resveratrol	0,141	2	0,28	100 mg Ex. roter Wein (Polyphenole/OPC), 50 mg Resveratrol, 100 mg Grüntee-Ex., 50 mg Traubenkern-Ex. (Polyphen./OPC)	Zellschutz/Vitalität - Grundversorgung Alterungsfaktor 3: Zellschutz/Mitochondrien
Coenzym Q10	0,150	2	0,30	100 mg	Zellenergie/Zellschutz - Grundversorgung Alterungsfaktor 1: Freie Radikale Alterungsfaktor 3: Zellschutz/Mitochondrien
Alpha-Liponsäure	0,205	2	0,41	600 mg	Zellenergie/Entgiftung/Antioxidans - Grundversorg. Alterungsfaktor 1: Freie Radikale Alterungsfaktor 3: Zellschutz/Mitochondrien
<i>Astaxanthin</i>	0,111	2	0,22	4 mg	AF 1: Freie Radikale, AF 3: Zellschutz/Mitochondrien
<i>PQQ</i>	0,231	1	0,23	20 mg	AF 1: Freie Radikale, AF 3: Zellschutz/Mitochondrien
MSM	0,039	2	0,08	1000 mg	Biologischer Schwefel - Grundversorgung
Calcium + Magnesium	0,042	2	0,08	500 mg Ca, 250 mg Mg	Knochen, Muskeln, Basenhaushalt - Grundversorgung
Magnesiumcitrat	0,078	3	0,23	200 mg	Knochen, Muskeln, Basenhaushalt - Grundversorgung
GelenkPro Plus Ultra	0,182	3	0,54	500 mg Glucosamin, 400 mg Chondroitin, 300 mg Collagen	Knorpelregeneration Gelenke/Bandscheiben
DMAE	0,051	1	0,05	130 mg DMAE	Geistige Vitalität
Ginkgo	0,036	1	0,04	120 mg Ginkgo	Geistige Vitalität
Omega 3 Fischöl	0,023	6	0,14	340 mg Omega 3-Fettsäuren, Vitamin E	Grundversorgung AF 3: Zellschutz/Mitochondrien
Chlorella	0,025	15	0,37	400 mg Chlorella-Algen	Vitalität / Verdauungstrakt / Schwermetallausleitung
Curcumin	0,263	2	0,53	450 mg Curcumin, 48 mg Piperin	Alterungsfaktor 3: Zellschutz/Mitochondrien
Mariendistel	0,122	1	0,12	200 mg Mariendistel-Extrakt	Verdauungstrakt / Entgiftung Leber
Melatonin	0,153	1	0,15	5 mg	Stimulation/Gleichgewicht Hormondrüsen Vorbeugung Alterskrankheiten - Fitness Alterungsfaktor 2: Hormone
DHEA	0,143	1	0,14	50 mg	Stimulation/Gleichgewicht Hormondrüsen Vorbeugung Alterskrankheiten - Fitness Alterungsfaktor 2: Hormone
Hanfsamen	0,088 je EL	2 EL	0,18	2 Esslöffel (je 10 g) Hanfsamen (ungschält)	Grundversorgung - Aminosäuren, Omega 3 u.a.
bitt. Aprikosenkerne	0,006	15	0,09	50 mg Amygdalin ==> Thiocyanat	Alterungsfaktor 3: Zellschutz Alterungsfaktor 5: Immunsystem
Taurin	0,071	0	0,00	Aminosäure Taurin 1.000 mg - befristet	Senkung der Allergiemarker
Vitamin B5	0,094	0	0,00	500 mg B5 - befristet	Verbesserung der Pigmentierung der Haare
Vitamin B10 - PABA	0,211	0	0,00	1.000 mg PABA - befristet	innerer Schutz der Haut vor UV-A-Strahlen
Tag			5,37	ohne befristete NEM	Alterungsfaktor 4: Verzuckerung der Zellwände
Monat			161,20		Alterungsfaktor 6: Kalorienüberschuss/Übergew.
Jahr			1961,22		
insges. Tag			5,37		

Produkt	Produkt-Link
Life Force Multiple	http://www.basichealth.de/index.php?prod=346#prod-346
C-1000	https://www.bodystore.nl/c-1000-buffered.html
D3 10.000 IE	http://stw-supplements.com/healthy%20origins%20vitamin%20d3%2010000iu
K2	http://eu.iherb.com/Now-Foods-Vitamin-K-2-100-mcg-100-Veggie-Caps/8702
Resveratrol	http://eu.iherb.com/Now-Foods-Natural-Resveratrol-60-Veggie-Caps/7730
Coenzym Q10	https://de.iherb.com/pr/doctor-s-best-high-absorption-coq10-100-mg-plus-pqq-20-mg-with-pureqq-and-bioperine-60-veggie-caps/70886
Alpha-Liponsäure	http://stw-supplements.com/healthy%20origins%20alpha%20lipoic%20acid%20600mg
<i>Astaxanthin</i>	https://de.iherb.com/pr/Now-Foods-Astaxanthin-4-mg-60-Veggie-Softgels/414
<i>PQQ</i>	https://de.iherb.com/pr/doctor-s-best-high-absorption-coq10-100-mg-plus-pqq-20-mg-with-pureqq-and-bioperine-60-veggie-caps/70886
MSM	https://www.syglabs.de/spezial-produkte/vitasyg-msm-1000mg.html
Calcium + Magnesium	http://eu.iherb.com/Now-Foods-Calcium-Magnesium-250-Tablets/453
Magnesiumcitrat	https://www.syglabs.de/gelenke-knochen/vitasyg-magnesium-citrat-200mg-180-tabletten.html
GelenkPro Plus Ultra	https://www.gesund24h.de/nahrungsergaenzungen/gelenke-knochen/glucosamine/p877_gelenkpro-plus-glucosamin-chondroitin-kollagen-2160-tab.html
DMAE	http://eu.iherb.com/Source-Naturals-DMAE-351-mg-200-Capsules/1192
Ginkgo	https://www.amazon.de/Tabletten-Hochdosiert-Unterst%C3%BCtzung-Ged%C3%A4chtnis-Konzentration/dp/B06XR3C38H/ref=sr_1_9
Omega 3 Fischöl	https://www.syglabs.de/omega-3/vitasyg-omega-3-1000mg-500-kapseln-fischoel.html
Chlorella	http://www.topfruits.de/produkt/chlorella-vulgaris-pyrenoidosa-presslinge-natur-ohne-hilfsstoffe-naturland-bio-qualitaet/
Curcumin	https://www.amazon.de/exec/obidos/ASIN/B01MRNBSZI/vitafair-21
Mariendistel	https://www.paulemann-vital.de/marken/marken-j-n/kraeuterhaus-sanct-bernhard/357/sanct-bernhard-mariendistel-90-kapseln?number=PV10350
Melatonin	http://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?PID=21549&deptid=0&cid=0&OS=204&NAME=MELATONIN-5mg-180-Vegetarische-Tabletten
DHEA	https://www.vitamarket.net/de/dhea-50-mg-tr-stufenweise-wirksam-300-tableten-736.html
Hanfsamen	https://www.vitabay.net/paba-para-amino-benzoesaure-1000-mg-120-tabletten-1494
bitt. Aprikosenkerne	http://www.topfruits.de/produkt/aprikosenkerne-bitter-naturgetrocknet-wildwuchs/?cPath=189
Taurin	http://eu.iherb.com/Now-Foods-Taurine-Double-Strength-1000-mg-100-Capsules/15787
Vitamin B5	http://www.naturmuehle.com/#!product/prd1/4435825331/schwarz%C3%BCmmel%C3%B6l-ungefiltert
Vitamin B10 - PABA	http://www.nutrio-shop.com/pantothenic-acid-phanthotensaure-p-308.html

Tag

Monat

Jahr

insges. Tag