



# Aktiv-Meno

## Soja-Isoflavone +Calcium+D3

*lactose- &  
glutenfrei*

### Wohlbefinden in und nach den Wechseljahren

#### Die Wechseljahre - ein natürlicher Umstellungsprozess des weiblichen Körpers

Für Gesundheit und Wohlbefinden in und nach den Wechseljahren spielen eine gesunde Lebensführung, ausreichende Bewegung sowie eine ausgewogene Ernährung eine wichtige Rolle. Dazu gehört auch eine gute Versorgung mit wertvollen Nährstoffen wie Calcium, Vitamin D<sub>3</sub>, B-Vitaminen und Soja-Isoflavonen. In den Wechseljahren beginnt sich die körpereigene Hormonproduktion der Frau zu verändern. Bei vielen Frauen kommt es im Rahmen dieser natürlich bedingten Veränderungen im Stoffwechsel zu Begleiterscheinungen wie lästigen Hitzewallungen und gelegentlichen Schweißausbrüchen. Auch nervliche Gereiztheit oder Erschöpfung können typische Anzeichen sein.

#### Die Kombination macht's!

Die Tabletten von Doppelherz enthalten eine spezielle Nährstoffkombination aus 500 mg Calcium, sinnvoll kombiniert mit 5 µg Vitamin D<sub>3</sub>, B-Vitaminen plus 50 mg Soja-Isoflavonen und erfüllen damit wichtige Bedürfnisse des Körpers in und nach den Wechseljahren.

#### Soja-Isoflavone - wertvolle Nährstoffe aus Soja

In Asien hat der Verzehr von Soja eine lange Tradition. Dort leiden Frauen deutlich seltener an den typischen Wechseljahrserscheinungen wie z. B. Hitzewallungen. Dies wird auch der unterschiedlichen Ernährungsweise zugeschrieben. So stehen in asiatischen Ländern viel häufiger Sojaprodukte auf dem Speiseplan als in Europa. Diese Sojaprodukte stellen eine hervorragende Nahrungsquelle für Soja-Isoflavone dar. Soja-Isoflavone können zellschützende Eigenschaften entfalten. Zusammen mit Calcium und dem Vitamin D<sub>3</sub> kann sich zudem eine Ernährung, die Soja-Isoflavone enthält, günstig auf den Knochenstoffwechsel auswirken.

Die Tabletten von Doppelherz enthalten 50 mg Soja-Isoflavone aus 125 mg Sojakonzentrat.

#### Calcium + Vitamin D<sub>3</sub> - wichtig für gesunde Knochen

Calcium ist ein lebensnotwendiger Mineralstoff, den unser Körper für die Aktivierung und Erhaltung zahlreicher Vorgänge im Körper benötigt.

Da Calcium der Hauptbestandteil des Knochengengerüsts ist und für seine Stabilität sorgt, gleichzeitig aber fortwährend aus dem Körper ausgeschieden wird, sollte auf eine ausreichende Versorgung über die Ernährung geachtet werden. Dies gilt besonders in und nach den Wechseljahren, da in dieser Lebensphase dem Körper nach und nach Calcium entzogen werden kann.

Wer sich calciumarm ernährt, tut dies letztlich auf Kosten des Knochengengerüsts. Wenn nämlich die Calciumzufuhr über die Nahrung nicht ausreicht, holt sich der Körper den lebenswichtigen Mineralstoff aus dem Knochengengerüst.

Der „Calcium-Einbauhelfer“ Vitamin D<sub>3</sub> steuert die Calciumaufnahme und fördert den Einbau in die Knochenstruktur. Dies ist insbesondere in den Wechseljahren von Bedeutung, da der Körper in dieser Lebensphase das Calcium nicht mehr so gut verwerten kann. Vitamin D kann der Körper durch die regelmäßige Einwirkung von Sonnenlicht auf die Haut selbst herstellen. Diese Eigenproduktion reicht in unseren Breitengraden jedoch oft nicht aus. Insbesondere in den Wintermonaten wird daher vom Körper weniger Vitamin D gebildet.

**B-Vitamine** sind die unentbehrlichen Helfer zahlreicher lebenswichtiger Stoffwechselfvorgänge, z. B. wenn Kohlenhydrate, Fett und Eiweiß aus der Nahrung in Energie umgewandelt werden. Eine ausreichende Zufuhr der B-Vitamine ist daher unerlässlich für den Energiestoffwechsel der Körperzellen. Dies betrifft auch den Aufbau und die Funktionsfähigkeit der Nervenzellen.

Daher sollten besonders Personen in Stresssituationen auf eine ausreichende Versorgung mit der Nahrung achten. Die Tabletten von Doppelherz enthalten 6 B-Vitamine einschließlich Folsäure und Biotin.

**Vitamin B<sub>1</sub>** ist unentbehrlich für den Stoffwechsel der Nerven.

**Vitamin B<sub>2</sub>** ist wichtig für die Zellatmung, die Schutzumhüllung der Nervenbahnen und trägt zur Ausnutzung des Sauerstoffs bei.

**Folsäure** ist ein wasserlösliches Vitamin der B-Gruppe. Zusammen mit den Vitaminen B<sub>6</sub> und B<sub>12</sub> ist die Folsäure besonders wichtig für den Eiweißaufbau und die Bildung von roten und weißen Blutkörperchen, die am Prozess der Zellteilung und Zellerneuerung sowie am Sauerstofftransport beteiligt sind.

**Biotin** ist wichtig für den Aufbau gesunder Haut, Haare und Nägel.



**Eine Tablette enthält:**

Soja-Isoflavone aus Sojakonzentrat	50 mg 125 mg
Calcium	500 mg
Vitamin D <sub>3</sub>	5 µg
Vitamin B <sub>1</sub>	1,4 mg
Vitamin B <sub>2</sub>	1,6 mg
Vitamin B <sub>6</sub>	2,0 mg
Vitamin B <sub>12</sub>	3,0 µg
Biotin	150 µg
Folsäure	400 µg

**Verzehrempfehlung:**

Täglich 1 Tablette mit ausreichend Flüssigkeit unzerkaut einnehmen.

**Hinweis für Diabetiker:**

1 Tablette entspricht 0,7 kcal / 2,9 kJ und 0,008 BE.

Die Tabletten von Doppelherz erfüllen durch eine spezielle Nährstoffkombination aus 500 mg Calcium, sinnvoll kombiniert mit 5 µg Vitamin D<sub>3</sub>, B-Vitaminen plus 50 mg Soja-Isoflavonen wichtige Bedürfnisse des Körpers in und nach den Wechseljahren. Diese Kombination kann dabei helfen, gesund und leistungsfähig zu bleiben.



Wir bedanken uns für Ihr Vertrauen und freuen uns, dass Sie sich für ein Qualitätsprodukt von Doppelherz entschieden haben.

**Ihre Meinung liegt uns am Herzen.**

Haben Sie Fragen oder Anregungen, dann schreiben Sie uns bitte. Gern möchten wir uns um Ihre Wünsche kümmern.

Mit der Beantwortung der folgenden Fragen helfen Sie mit, dass wir uns in Zukunft optimal auf die Bedürfnisse der Verwender von Doppelherz-Produkten einstellen können. Die Daten werden nicht an Dritte weitergegeben, und die strengen Datenschutzaufgaben werden natürlich garantiert eingehalten. Für Ihre Mithilfe bedanken wir uns ganz herzlich!

1.) Wie sind Sie auf Doppelherz Aktiv-Meno Soja-Isoflavone+Calcium+D<sub>3</sub> aufmerksam geworden?

- Zeitung / Zeitschrift
- Fernsehen
- Bekannte / Verwandte
- Apotheke
- Drogeriemarkt / Verbrauchermarkt
- Internet
- \_\_\_\_\_

2.) Sind Sie zufrieden mit dem Präparat?

- Ja
- Nein, weil \_\_\_\_\_

3.) Was wollten Sie uns schon immer sagen?

4.)  weiblich       männlich      Alter: \_\_\_\_\_

email: \_\_\_\_\_

Ja, ich möchte kostenloses Informationsmaterial an folgende Adresse geschickt bekommen:

Bitte einschicken an: Queisser Pharma GmbH & Co. KG, Schleswiger Str. 74, 24941 Flensburg. Weitere Informationen unter: [www.doppelherz.de](http://www.doppelherz.de) oder email: [info@queisser.de](mailto:info@queisser.de)

