

## Gebrauchsanweisung

Bitte lesen Sie diese Gebrauchsanweisung vor dem ersten Verzehr von **TELCOR® Arginin plus** sorgfältig durch.

# TELCOR® Arginin plus

## MIT ADERNFORMEL: ARGININ + FOLSÄURE

Filmtabletten zur diätetischen Behandlung von

- Frühstadien der Arterienverkalkung (allgem. Arteriosklerose)
- Bluthochdruck
- erhöhtem Homocysteinspiegel
- gestörter Gefäßfunktion bei Diabetes mellitus wie Gefäßveränderungen am Augenhintergrund oder sexuellen Funktionsstörungen (z. B. erektiler Dysfunktion beim Mann)

Diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (sog. ergänzende bilanzierte Diät).

### Zusammensetzung:

Eine Filmtablette (0,85 g) enthält: 600 mg Arginin, 150 µg Folsäure, 0,75 mg Vitamin B6 und 1,5 µg Vitamin B12.

Bei Arginin und Folsäure handelt es sich um empfindliche Substanzen. Daher die Tabletten erst kurz vor der Einnahme aus der Durchdrückpackung entnehmen. Die Tabletten nicht länger in Dosierboxen aufbewahren.

### Inhalts- und Hilfsstoffe, Zutaten:

Arginin, Trennmittel: mikrokristalline Cellulose, Cellulosepulver, Überzugsmittel: Hydroxypropylmethylcellulose, Trennmittel: Siliciumdioxid, Magnesiumstearat, Talkum, Farbstoff Titandioxid, Pyridoxinhydrochlorid, Überzugsmittel Glycerin, Folsäure, Farbstoff natürliches Karminrot, Cyanocobalamin.

Glutenfrei, lactosefrei, zuckerfrei, frei von tierischen Fetten, frei von Konservierungsstoffen.

| Durchschnittliche Nährwertangaben: | pro Portion (2 Filmtabletten) | pro Tag           | pro 100 g          |
|------------------------------------|-------------------------------|-------------------|--------------------|
| Brennwert                          | 20,8 kJ / 5 kcal              | 41,6 kJ / 10 kcal | 1315 kJ / 310 kcal |
| Eiweiß                             | 1,2 g                         | 2,4 g             | 74,2 g             |
| Kohlenhydrate                      | 0,004 g                       | 0,008 g           | 0,2 g              |
| Fett                               | 0,02 g                        | 0,04 g            | 1,4 g              |
| L-Arginin                          | 1,2 g                         | 2,4 g             | 74,2 g             |
| Folsäure                           | 0,3 mg                        | 0,6 mg*           | 18,5 mg            |
| Vitamin B6                         | 1,5 mg                        | 3,0 mg**          | 92,8 mg            |
| Vitamin B12                        | 3,0 µg                        | 6,0 µg**          | 0,19 mg            |
| Broteinheiten                      | 0 BE                          | 0 BE              | 0 BE               |

\*150 % bzw. \*\*200 % des Tagesbedarfs eines Erwachsenen gemäß D.A.CH.-Empfehlung

### Verzehrempfehlung:

Zweimal täglich (morgens und abends) je 2 Filmtabletten zu den Mahlzeiten mit ausreichend Flüssigkeit einnehmen. Zu Beginn der Behandlung kann der Therapeut eine höhere Einnahme (3 x 2 Filmtabletten) für sinnvoll erachten. Eine langfristige Einnahme wird empfohlen.

### Wichtige Hinweise:

Bei **TELCOR® Arginin plus** handelt es sich um ein diätetisches Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke. Unter ärztlicher Aufsicht und therapeutischer Beratung verwenden. Bei gleichzeitigem Einsatz von Arzneimitteln, z. B. die Blutgerinnung beeinflussen, muss die Anwendung eng mit dem Therapeuten abgestimmt werden. Wechselwirkungen sind allerdings hier grundsätzlich theoretischer Natur und auf Grund der eingesetzten ernährungsphysiologischen Mengen bei dem empfohlenen Verzehr auch nicht zu erwarten.

Die diätetische Anwendung von **TELCOR® Arginin plus** zielt speziell auf die Verbesserung einer gestörten Gefäßfunktion (endotheliale Dysfunktion),

auf deren Grundlage sich die Arteriosklerose entwickelt. Die Anwendung zielt keinesfalls auf die klinische Herzerkrankung oder Schlaganfall. Bei derartigen medizinischen Ereignissen sind andere ärztlichen Maßnahmen angezeigt. Die Inhaltsstoffe befinden sich im physiologischen Bereich, wodurch eine allgemeine Wirkung gegeben ist. Da für **TELCOR® Arginin plus** keine Ausnahmen bei Schwangeren bzw. stillenden Frauen und Kinderpersonengruppe vom Verzehr abzuraten.

**TELCOR® Arginin plus** hat auf ernährungsphysiologische Wirkung wie z. B. Sildenafil (Viagra®), Vardenafil (Levitra®), Tadalafil (z. B. Amylnitrit) Einfluss auf den natürlichen Botenstoffgenannten Medikamenten eingenommen, kann es eine Verstärkung kommen. Bei sexuellen Funktionsstörungen (Dysfunktion, ED) kann Arginin grundsätzlich zu einer

### Verträglichkeit:

Die Inhaltsstoffe in **TELCOR® Arginin plus** liegen im physiologischen Bereich. Die Filmtabletten sind gut verträglich zusammen mit Medikamenten eingenommen eine Langzeitanwendung geeignet.

### Verzehrsform und Inhalt:

**TELCOR® Arginin plus** ist in Packungsgrößen mit 240 Filmtabletten exklusiv in allen Apotheken

### Angaben zur Haltbarkeit und Lagerung:

Das Mindesthaltbarkeitsdatum dieser Packung und der Durchdrückpackung aufgedruckt. Verwenden Sie nicht mehr nach diesem Datum!

**TELCOR® Arginin plus** Filmtabletten an einer kühlen, dunklen Stelle über 25 °C aufbewahren. Vor direkter Sonneneinstrahlung schützen.

### Hergestellt im Auftrag der:

**QUIRIS® HEALTHCARE**  
GmbH & Co. KG  
Am Kreuzkamp 5-7  
D-33334 Gütersloh

KR 1





ne Cellulose, Cellulosepulver, Über-  
lulose, Trennmittel: Siliciumdioxid,  
ff Titandioxid, Pyridoxinhydrochlor-  
re, Farbstoff natürliches Karminrot,

i von tierischen Fetten, frei von Kon-

| pro Tag           | pro 100 g          |
|-------------------|--------------------|
| 41,6 kJ / 10 kcal | 1315 kJ / 310 kcal |
| 2,4 g             | 74,2 g             |
| 0,008 g           | 0,2 g              |
| 0,04 g            | 1,4 g              |
| 2,4 g             | 74,2 g             |
| 0,6 mg*           | 18,5 mg            |
| 3,0 mg**          | 92,8 mg            |
| 6,0 µg**          | 0,19 mg            |
| 0 BE              | 0 BE               |

wachsenen gemäß D.A.CH.-Empfehlung

s) je 2 Filmtabletten zu den Mahl-  
ehmen. Zu Beginn der Behandlung  
hme (3 x 2 Filmtabletten) für sinn-  
ne wird empfohlen.

sich um ein diätetisches Lebens-  
cke. Unter ärztlicher Aufsicht und  
ei gleichzeitigem Einsatz von Arz-  
; beeinflussen, muss die Anwen-  
mmt werden. Wechselwirkungen  
etischer Natur und auf Grund der  
n Mengen bei dem empfohlenen

\*Arginin plus zielt speziell auf die  
ktion (endotheliale Dysfunktion),

auf deren Grundlage sich die Arteriosklerose entwickelt und fortschreitet.  
Die Anwendung zielt keinesfalls auf die klinische Behandlungsphase eines  
Herzinfarkts oder Schlaganfalls. Bei derartig schwerwiegenden akuten  
medizinischen Ereignissen sind andere ärztlich-therapeutische Maßnah-  
men angezeigt. Die Inhaltsstoffe befinden sich eindeutig im ernährungs-  
physiologischen Bereich, wodurch eine allgemeine gute Verträglichkeit ge-  
geben ist. Da für **TELCOR® Arginin plus** keine ausreichenden Erfahrungen  
bei Schwangeren bzw. stillenden Frauen und Kindern vorliegen, ist dieser  
Personengruppe vom Verzehr abzuraten.

**TELCOR® Arginin plus** hat auf ernährungsphysiologischem Weg, jedoch ähnlich  
wie z. B. Sildenafil (Viagra®), Vardenafil (Levitra®), Tadalafil (Cialis®) oder Nitratre  
(z. B. Amylnitrit) Einfluss auf den natürlichen Botenstoff NO. Gleichzeitig mit den  
genannten Medikamenten eingenommen, kann es daher theoretisch zu einer Wir-  
kungsverstärkung kommen. Bei sexuellen Funktionsstörungen des Mannes (erekti-  
ler Dysfunktion, ED) kann Arginin grundsätzlich zu ähnlichen Effekten führen.

#### Verträglichkeit:

Die Inhaltsstoffe in **TELCOR® Arginin plus** liegen im ernährungsphysiolo-  
gischen Bereich. Die Filmtabletten sind gut verträglich, können im Allge-  
meinen zusammen mit Medikamenten eingenommen werden und sind für  
eine Langzeitanwendung geeignet.

#### Verzehrsform und Inhalt:

**TELCOR® Arginin plus** ist in Packungsgrößen mit **60, 120 und  
240 Filmtabletten** exklusiv in allen Apotheken erhältlich.

#### Angaben zur Haltbarkeit und Lagerung:

Das Mindesthaltbarkeitsdatum dieser Packung ist auf der Faltschachtel  
und der Durchdrückpackung aufgedruckt. Verwenden Sie diese Packung  
nicht mehr nach diesem Datum!

**TELCOR® Arginin plus** Filmtabletten an einem trockenen Ort und nicht  
über 25° C aufbewahren. Vor direkter Sonneneinstrahlung schützen.

#### Hergestellt im Auftrag der:

**QUIRIS® HEALTHCARE**  
GmbH & Co. KG  
Am Kreuzkamp 5-7  
D-33334 Gütersloh

KR 09/08 Druck-Nr.: 0750908

 **QUIRIS®**  
HEALTHCARE

## Liebe Verwenderin, lieber Verwender!

Mit **TELCOR® Arginin plus** haben Sie sich für ein hochwertiges,  
gut verträgliches Produkt der **QUIRIS® HEALTHCARE** entschieden.  
Die Filmtabletten enthalten die neuartige **Kombination** aus den  
natürlichen Nährstoffen **Arginin, Folsäure, Vitamin B6 und B12**,  
die in dieser Menge über die normale Ernährung nicht regelmäßig  
aufgenommen werden und die geeignet sind, die **Gefäßgesundheit**  
(Arteriosklerose) und den **Bluthochdruck** möglichst frühzeitig po-  
sitiv zu beeinflussen. Die Spätfolgen einer dauerhaft geschädigten  
Gefäßfunktion können Herzinfarkt und Schlaganfall sein.

**TELCOR® Arginin plus** wurde für die **Gefäßgesundheit** nach neu-  
esten ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen für Erwachse-  
ne mit **Bluthochdruck** und **Arterienverkalkung** entwickelt und als  
wichtiger Baustein auf die speziellen Ernährungserfordernisse die-  
ser Patienten sorgfältig abgestimmt. Insbesondere für **Diabetiker** ist  
die diätetische Behandlung mit **TELCOR® Arginin plus** unter medi-  
zinischer Kontrolle sinnvoll, da Diabetes mellitus bereits frühzeitig  
von einer Arterienverkalkung begleitet wird. Das gleiche gilt für  
die **erektile Dysfunktion** beim Mann, der häufig arteriosklerotische  
Gefäßveränderungen zugrunde liegen.

#### Nachfolgend haben wir einige wichtige Informationen für Sie zusammengestellt:

#### Was ist **TELCOR® Arginin plus**?

**TELCOR® Arginin plus** enthält eine spezielle Adernformel aus dem  
körpereigenen Eiweißbaustein (Aminosäure) **Arginin** sowie den B-  
Vitaminen **Folsäure, Vitamin B6** sowie **Vitamin B12**.

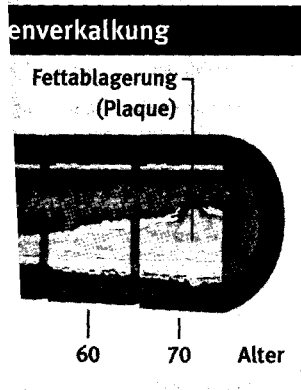
*weiter auf der Rückseite*





Vitamine. Die wichtige Rolle von Vitaminen bei der Entwicklung eines Kindes ist in weiten Kreisläufen bekannt. Weniger bekannt ist, dass die Versorgung mit Folsäure die Hilfe von Folsäure kann das un- für den Körper verträgliche Sub- auf diese Weise dem Fortschrei- enwirken. Besonders effektiv ge- mit Arginin und den ebenfalls in **Vitaminen B6 und B12.**

Folsäure-Mangel sind erhöhte stein handelt es sich um eine



schwefelhaltige, nicht in der Nahrung vorkommende Aminosäure. Homocystein wird neben Cholesterin als einer der wichtigsten Risikofaktoren für eine Reihe von Erkrankungen, wie z. B. Gefäß- und Herz-Kreislauf-Erkrankungen, angesehen. Eine Konzentration von bis zu 10 µmol/l (mikro-Mol pro Liter) gilt als unbedenklich, bis zu 12 µmol/l sind bei ansonsten gesunden Menschen noch tolerierbar. Steigt der Wert aber über 12 µmol/l, sollte eine Therapie mit der Gabe von Folsäure erfolgen.

#### Welchen Einfluss hat die Arteriosklerose auf Ihre Gesundheit?

Herz-Kreislauf-Erkrankungen, wie z. B. Arterienverkalkung, sind in der westlichen Welt weit verbreitet. Die Risikofaktoren, die zu einer Arterienverkalkung führen oder diese begünstigen können, sind vielfältig. Dazu gehören:

- **Bluthochdruck**
- **Übergewicht, ungesunde Ernährung**
- **Störungen im Fettstoffwechsel (Cholesterin, Neutralfette)**
- **Rauchen**
- **Diabetes**
- **erhöhter Homocysteinspiegel/Argininmangel**
- **Bewegungsmangel**
- **Stress**

Liegen mehrere dieser Risikofaktoren gleichzeitig vor, sprechen Ärzte vom so genannten „Wohlstandssyndrom“ (metabolischen Syndrom). Verstärkte Ablagerungen in den Blutgefäßen sind die Folge.

#### Wie sollte eine arteriengesunde Lebensweise aussehen?

Wichtig ist eine abwechslungsreiche und ausgewogene Ernährung

(ballaststoff- und vitaminreich, reich an natürlichem Arginin, fett- und zuckerreduziert, jedoch mit einem hohen Gehalt an mehrfach ungesättigten Fettsäuren) und regelmäßige Bewegung. Eine insgesamt „gesunde Lebensweise“ und ein Körpergewicht im Normbereich können dazu beitragen, die Lebensqualität entscheidend zu verbessern.

#### Diätetische Behandlung mit TELCOR® Arginin plus

Bei Arterienverkalkung, insbesondere auch im Zusammenhang mit Diabetes mellitus und Bluthochdruck, ist der Nährstoffbedarf an Arginin und Folsäure besonders hoch. Die Deckung ist in diesen Fällen auch mit einer ausgewogenen und gesunden Ernährung oft nicht möglich. Mit Hilfe einer ergänzenden balanzierten Diät, die Arginin und Folsäure sowie die Vitamine B6 und B12 enthält, kann jeder den speziellen Nährstoffanforderungen des Körpers bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen gezielt gerecht werden.

Wenn Sie noch Fragen zu TELCOR® Arginin plus haben, wenden Sie sich bitte vertrauensvoll an Ihren behandelnden Therapeuten, Ihren Apotheker oder Ihren Ernährungsberater.

Oder schreiben Sie uns:

**QUIRIS® HEALTHCARE**  
GmbH & Co. KG  
Am Kreuzkamp 5-7  
33334 Gütersloh

Telefax: **05241-4034311**

e-Mail: **info@quiris.de**

Besuchen Sie uns auch im Internet unter: **www.quiris.de**





Eine ausreichende Zufuhr von Arginin und Folsäure aus der Nahrung ist nicht immer gewährleistet, so z. B. bei Arteriosklerosepatienten und Diabetikern.

#### Die Inhaltsstoffe in TELCOR® Arginin plus

##### Der pflanzliche Eiweißbaustein Arginin

Das körpereigene und daher gut verträgliche **Arginin** ist in den letzten Jahren mehr und mehr in den Mittelpunkt der Ernährungswissenschaften gelangt und daher sehr gut erforscht. Arginin gehört zur Gruppe der semi-essentiellen und daher wichtigen Aminosäuren, d. h. sie muss z. T. mit der Nahrung zugeführt werden. Oft wird der Bedarf an Arginin durch die körpereigene Produktion nicht ausreichend abgedeckt. Insbesondere bei Erkrankungen, wie z. B. der Arterienverkalkung und Diabetes, aber auch Potenzstörungen, besteht in der Regel ein krankheitsspezifischer Mehrbedarf an Arginin.

Auch bei natürlichen Eiweißbausteinen gibt es Unterschiede in der Qualität. Für **TELCOR® Arginin plus** wird nur besonders hochwertiges, aus pflanzlichen Quellen gewonnenes Arginin verwendet. Es entspricht dem Arginin, welches so auch in Lebensmitteln wie Getreide, Fleisch, Fisch, Milch etc. vorkommt.

**Arginin** ist an wichtigen Funktionen im Körper beteiligt. Aus Arginin wird der natürliche Botenstoff Stickstoffmonoxid (NO) gebildet, welcher für die Gefäßerweiterung und damit zur Regulation des Blutflusses ebenso benötigt wird, wie für die optimale Funktion der Blutgefäßinnenwand. **Für diese bedeutende Entdeckung wurde 1998 der Nobelpreis verliehen.** Eine ausreichende Nährstoffversorgung mit **Arginin** trägt auch zur Normalisierung des erhöhten Blutdrucks bei.

##### Das B-Vitamin Folsäure

**Folsäure** gehört zur Gruppe der B-Vitamine. Die wichtige Rolle von Folsäure bei der frühen Entwicklung eines Kindes ist in weiten Teilen der Bevölkerung bereits bekannt. Weniger bekannt ist, dass auch bei Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems, wie z. B. der Arterienverkalkung, eine ausreichende Versorgung mit Folsäure von erheblicher Bedeutung ist. Mit Hilfe von Folsäure kann das unerwünschte Homocystein in eine für den Körper verträgliche Substanz umgewandelt werden und auf diese Weise dem Fortschreiten der Arterienverkalkung entgegenwirken. Besonders effektiv geschieht dies im Zusammenhang mit Arginin und den ebenfalls in **TELCOR® Arginin plus** enthaltenen **Vitaminen B6 und B12**.

##### Risikofaktor Homocystein

Die Folge von Vitamin-B- und Folsäure-Mangel sind erhöhte Homocystein-Werte. Beim Homocystein handelt es sich um eine

schwefelhaltige, nicht in der Nahrung vorhandene Aminosäure. Homocystein wird neben Cholesterin als einer der wichtigsten Risikofaktoren für eine Reihe von Herz-Kreislauferkrankungen, wie z. B. Herzinfarkt, angesehen. Bis zu 10 µmol/l (Mikro-Mol pro Liter) sind bei ansonsten gesunden Menschen bis zu 12 µmol/l sind bei ansonsten gesunden Menschen. Steigt der Wert aber über 12 µmol/l an, so sind die Folgen von Gabe von Folsäure erfolgreich.

##### Welchen Einfluss hat die Arterienverkalkung?

Herz-Kreislauf-Erkrankungen in der westlichen Welt weit verbreitet sind. Eine Arterienverkalkung führt zu Herz-Kreislauferkrankungen, die vielfältig sind. Dazu gehören:

- Bluthochdruck
- Übergewicht, ungesunde Ernährung
- Störungen im Fettstoffwechsel
- Rauchen
- Diabetes
- erhöhter Homocysteinspiegel
- Bewegungsmangel
- Stress

Liegen mehrere dieser Risikofaktoren vor (sogenanntes Metabolisches Syndrom). Verstärkte Arterienverkalkung ist die Folge.

##### Wie sollte eine arteriengesunde Ernährung aussehen?

Wichtig ist eine abwechslungsreiche Ernährung mit

